Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Буратино»

Консультация

для воспитателей

на тему:

Условия сохранения психического здоровья дошкольников в ДОУ

Подготовила и провела:
педагог-психолог
Костырева В.В.

Цель: психологическое просвещение педагогов по вопросам профилактики психоэмоционального напряжения и укрепления психофизического здоровья дошкольников в ДОУ.

Задачи:

1. Познакомить педагогов с программой психологической безопасности ребенка в ДОУ;
2. Познакомить воспитателей с источниками угрозы психологической безопасности ребёнка и признаками психоэмоционального напряжения
3. Дать практические рекомендации по теме «Уголок уединения» как одно из условий профилактики психоэмоционального напряжения и укрепления психофизического здоровья дошкольников в ДОУ.

План:

1. Теоретическая часть: презентация и сообщение на тему «Уголок уединения» как одно из условий профилактики психоэмоционального напряжения и укрепления психофизического здоровья дошкольников в ДОУ.

Программа
психологической безопасности ребёнка в ДОУ

1. Комфортная организация режимных моментов. Контроль самочувствия и настроения каждого ребенка и их своевременная коррекция.
2. Создание психологически комфортного и эмоционально благополучного микроклимата в группах.
3. Обеспечение позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду.
4. Контроль и регулирование психоэмоциональных, интеллектуальных, физических нагрузок. Обеспечение индивидуального подхода к психологическим особенностям каждого ребенка (агрессия, тревожность, застенчивость)
5. Оснащение «Уголков уединения» игровыми пособиями и предметами, способствующими снятию психоэмоционального напряжения.
6. Система профилактических средств физического воспитания: ЛФК, точечный массаж, дыхательные, кинезиологические, мимические, пальчиковые игры, улучшающие эмоциональное состояние.
7. Аромо-фито-цветотерапия (подбор специальных растений, цветовое решение интерьера), способствующая снятию психоэмоционального напряжения.
8. Работа с природным материалом – глиной, песком, водой.

9. Музыкальная терапия – музыкальные паузы, музыкальное сопровождение занятий, игры на детских музыкальных инструментах.

Источники угрозы психологической безопасности ребёнка

Манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности: это проявляется в том, что взрослые стремятся все сделать за ребенка, тем самым лишая его самостоятельности и инициативы как в деятельности, так и в принятии решений. Индивидуально-личностные особенности персонала, участвующего в образовательном процессе и ежедневно вступающего во взаимодействие с детьми. Межличностные отношения детей в группе. Бывает так, что детское сообщество отвергает кого-то из сверстников, а воспитатели долгое время этого не замечают или не находят достаточно эффективных средств для устранения такого явления. В результате у отвергаемых детей появляется чувство дезориентации в микросоциуме, каковым является для ребенка дошкольное учреждение. Кроме того, в детском коллективе уже в раннем возрасте могут проявляться грубость и жестокость, на которую также нет должной реакции педагогов. Враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, не продумано цветовое и световое оформление пространства; отсутствуют необходимые условия для реализации естественной потребности в движении; действуют необоснованные запреты, вызванные псевдозаботой о безопасности ребенка. Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений и, в первую очередь, отсутствие режима проветривания. Интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей, однообразие будней. Неправильная организация общения. Преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых. Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

Работаем по Стандарту

Одной из задач, на решение которой направлен ФГОС является охрана и укрепление психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Для создания эмоционально комфортной обстановки в группе, для сохранения и укрепления психического здоровья необходим «Уголок уединения». Это место, где ребёнок ощущает себя в полной безопасности, здесь он может побыть наедине с собой, успокоиться и расслабиться, поиграть с любимым предметом или игрушкой, рассмотреть интересную книгу или просто помечтать. Уголок в детском саду необходим, ведь он обеспечивает возможность уединения ребенка во время длительного пребывания среди большого числа сверстников. Это важный момент, позволяющий предупредить чрезмерное возбуждение ребенка, ведущее к

утомлению его нервной системы. Даже кратковременное пребывание в «Уголке уединения» улучшает эмоциональное состояние. Дети отвлекаются и забывают отрицательные переживания. В процессе роста и развития им приходиться получать и перерабатывать огромное количество информации. Неокрепшая детская психика не выдерживает такой нагрузки - ребенок начинает капризничать. Вот почему важно, чтобы у детей в детском саду было личное пространство, место уединения, где они могли бы восстановиться и прийти в себя.

Признаки психоэмоционального напряжения

- Проявление упрямства
- Усталость после незначительной нагрузки
- Беспокойство, непоседливость
- Рассеянность, невнимательность
- Беспричинная обидчивость, плаксивость или повышенная агрессивность
- Отсутствие уверенности в себе, выражающаяся в частом поиске одобрения у взрослых
- Трудность засыпания, беспокойный сон.
- Подергивание плеч, качание головой, дрожание рук, частые моргания

Варианты оформления «Уголка уединения»

«Уголок уединения» может напоминать норку. Там должно быть полутемно, тесно и мягко. Это место для фантазий, а не для развернутых ролевых игр: отлежался, отсиделся, успокоился — можно вылезать и снова включаться в общую суету. Подушки, мягкие игрушки, сенсорные мешочки с крупой и другим природным материалом, разнообразные антистрессовые игрушки
Уголок уединения «Шатер»: сухой бассейн, сухой душ, игрушки-раскладушки, ракушки, массажные мячики. Уголок уединения – «Ширма» Деревянные переносные ширмы и стойки служат и как стены для индивидуальных игр детей. Этим простым способом достигается создание "своего" личного пространства. Иногда это ему нужно, иногда нет. В зависимости от состояния детей уголок может быть и уголком гнева, помогая детям освободиться от переполняющего их раздражения гнева в приемлемой форме. «Коврик злости» - коврик, на котором дети могут потоптаться; «Подушка-колотушка-бить другого плохо, ему больно и обидно, а вот побить подушку очень даже можно; мешочек или труба для крика; «Коробочка гнева» куда ребенок может выбросить свою «злость и обиду» (сжав предварительно кулачки, смяв лист бумаги, порвав на кусочки газету); клубочки, которые дети сматывают, тем самым снимая эмоциональное напряжение.