

# Обеспечение социально- психологического благополучия детей в ДОУ.

Работу выполнила  
Воспитатель ГБДОУ д.с.№87  
Красносельского района  
Кондрашова Галина Шахобидиновна

**Эмоции** – это «сложный психологический механизм, прижизненно формирующийся в процессе деятельности ребенка и являющийся важным регулятором поведения и деятельности в соответствии потребностям и интересам детской личности». (А.В.Запорожец)

# Эмоции ребенка отличаются от эмоций взрослого:

- ❖ Многообразием;
- ❖ Открытостью;
- ❖ Слитностью и частой сменяемостью;
- ❖ Подвижностью;
- ❖ Импульсивностью;
- ❖ Неосознанностью ;
- ❖ Связаны с выражением своих возможностей;
- ❖ Ситуативны (процесс возбуждения преобладает над процессами торможения).

Гармоничное развитие эмоциональной сферы возможно только при условии бережного подхода к формированию чувств маленького ребенка с учетом психофизиологических особенностей каждого возрастного этапа.

# Проявление эмоционального благополучия ребенка:

- Положительный фон настроения;
- Силь переживания результатов действий, успехов и неудач;
- Развитие познавательной мотивации;
- Включение взрослого в совместную деятельность;
- Отношение к оценке взрослого;
- Развитие самоконтроля;
- Силь переживания ситуации разлуки с близким взрослым, переживании семейной ситуации.

# Эмоциональное благополучие обеспечивает:

- высокую самооценку;
- сформированный самоконтроль;
- ориентацию на успех в достижении целей;
- эмоциональный комфорт в семье и вне семьи.

# Факторы, влияющие на эмоциональное состояние ребенка:

1. **Окружающая его среда:**
  - Предметно-развивающая среда;
  - Эмоционально-развивающая среда .
2. **Питание:** качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям растущего организма, разнообразие меню и сама процедура приема пищи.
3. **Физические нагрузки:** И. П. Павлов говорил о том, что любая физическая деятельность дарит мышечную радость, создавая устойчивое настроение.
4. **Водные закаливающие процедуры.**
5. **Игра** - является ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.).
6. **Режим дня.**
7. **Психогимнастика.**

# Предметно-развивающая среда.

- Планировать обстановку помещения группы или ее изменения до прихода детей в группу (замена игровых зон – постепенная, с учетом возраста и интересов детей);
- Организовать игровые зоны для одновременной игры для 2-3 человек;
- учесть возможность организации совместной деятельности взрослого и ребенка, т.к. взрослый – это основной партнер в играх и занятиях ребенка (большая мебель, удобный подход к игровому уголку);
- Все игрушки размещаются на открытых стеллажах. Замена игрушек делается периодически. Материалы должны быть яркими, красочными, привлекательными.

# Эмоционально-развивающая среда ДОУ.

## 1. Зоны эмоционально-развивающей среды группы ДОУ:

- ✓ Зона двигательной активности;
- ✓ Центр песок-вода;
- ✓ Уголок ИЗО деятельности;
- ✓ Игровые двигательные модули;
- ✓ Игровая «жилая комната»;
- ✓ Центр развивающих игр;
- ✓ Элементы некоторых видов театра, зона «ряженья».

## 2. Зона релаксации.

# Игры, способствующие оптимизации эмоционально-чувственной сферы ребенка.

1. Игры с детьми на накопление эмоций. Цель данной игры – создавать положительный эмоциональный настрой для каждого ребенка в группе.
2. Игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми. Цель: вызывать у детей радость от общения друг с другом и со взрослыми.
3. Игры на преодоление негативных эмоций. Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, избавиться от страхов.
4. Игры на снятие эмоционального напряжения, релаксацию. Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, расслабиться.
5. Игры на развитие эмпатии у детей. Цель: развивать у детей умения понимать чувства и состояния других людей, развивать способность сопереживать, сочувствовать.

# Режим дня.

Это определенная продолжительность и чередование различных занятий, сна, отдыха, регулярное и калорийное питание, выполнение правил личной гигиены.

В.Г. Алямовская, С.Н. Петрова считают, что организации режима дня стоит придерживаться следующих рекомендаций:

- Понедельник и пятница не д.б. физически и интеллектуально перегружены;
- Каждый день должен максимально отличаться от предыдущего по месту, времени, форме организации занятий;
- В режиме дня д.б. предусмотрено время для индивидуальных контактов каждого на основе неформального общения.
- Между занятиями высокой интеллектуальной и физической нагрузки д.б. не менее 48 разгрузочных часов. Поэтому нужно составить микроцикл (на неделю) и макроцикл (на месяц) интеллектуальных и физических нагрузок.

- Утро и вечер одного дня в неделю должны посвящаться играм воспитателя с детьми. Причем роль воспитателя в игре определяют дети.
- В режиме дня выделяется время для проведения лечебно-профилактических мероприятий, психотренингов, релаксационных пауз и т. п. Выделяется также время для самостоятельной деятельности детей, когда они могут выйти за пределы групповой и позаниматься в изостудии, библиотеке, тренажерном зале или просто сходить в гости к другу из соседней группы.