

«Психоэмоциональное благополучие детей дошкольного возраста»

*Мастер-класс
для воспитателей и родителей*

*Подготовила и провела
воспитатель высшей категории
Шарый Вера Семеновна*

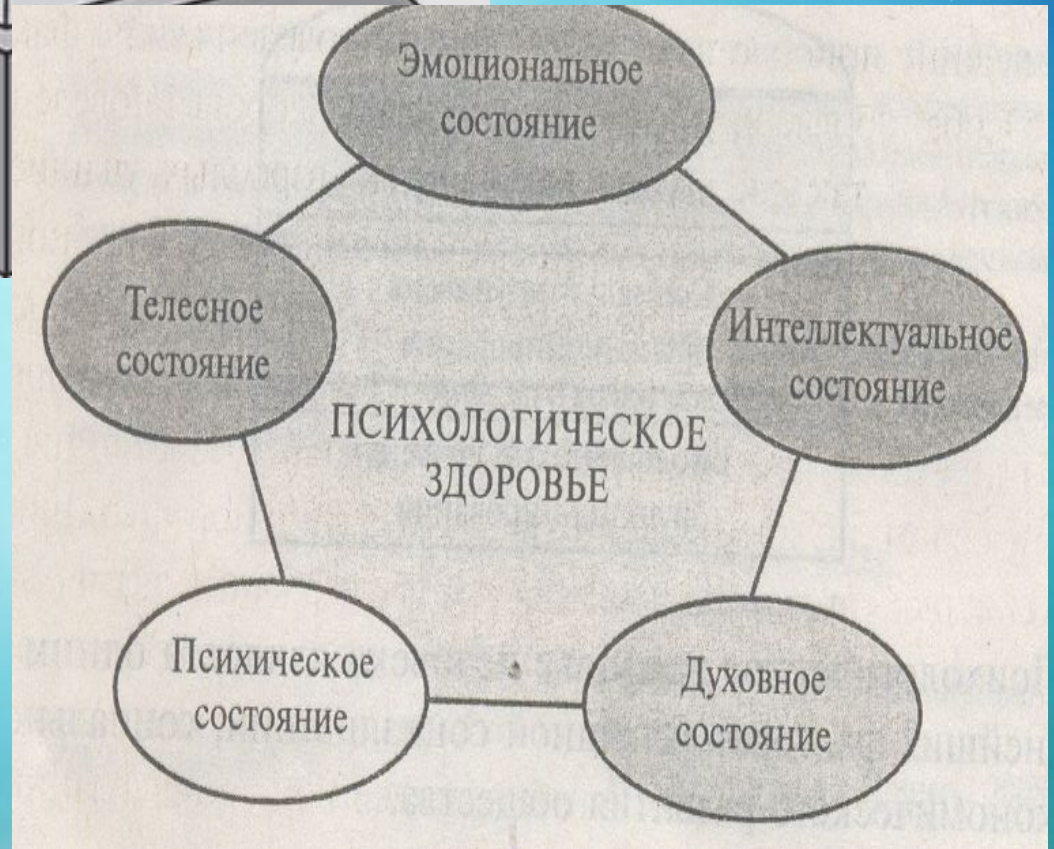
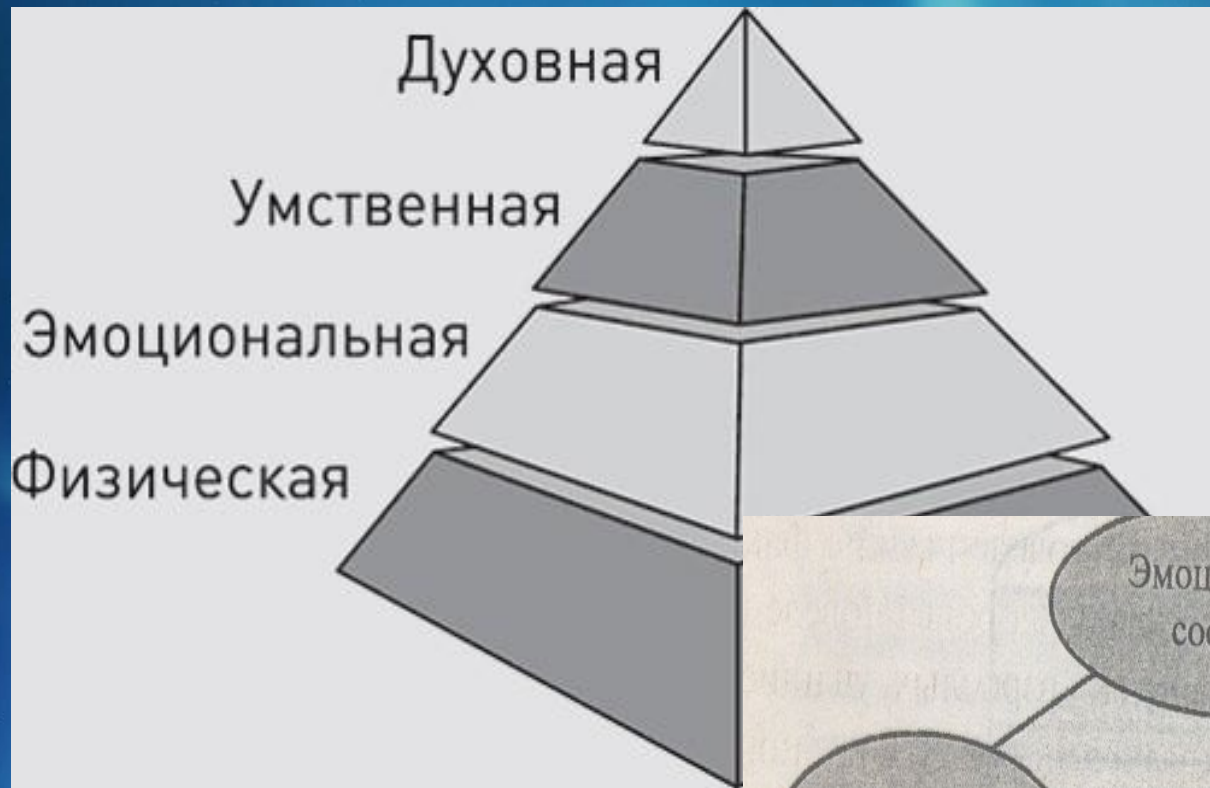
Москва 2016



Цель мастер-класса:

повышение психолого-педагогической компетентности педагогов в области создания психологического климата в ДОУ, оказание помощи в развитии социальной компетентности дошкольников, проявлении творческой активности, умении устанавливать дружеские взаимоотношения;

установление сотрудничества детского сада и семьи, повышение педагогической грамотности родителей в области эмоционального развития детей.



Эмоции дошкольника



Дошкольное детство- очень короткий отрезок в жизни человека, всего первые семь лет. В этот период развитие идёт как никогда бурно и стремительно.



Более понятными для детей оказываются такие эмоции как радость, гнев, печаль, страдание, волнение, удивление, отвращение, презрение, страх, стыд, вина.





склонность к
депрессиям

тревожность

нарушение
в общении

эгоизм

капризы

энурез

страхи

ложь

Последствия нарушения психологического здоровья.

агрессивность

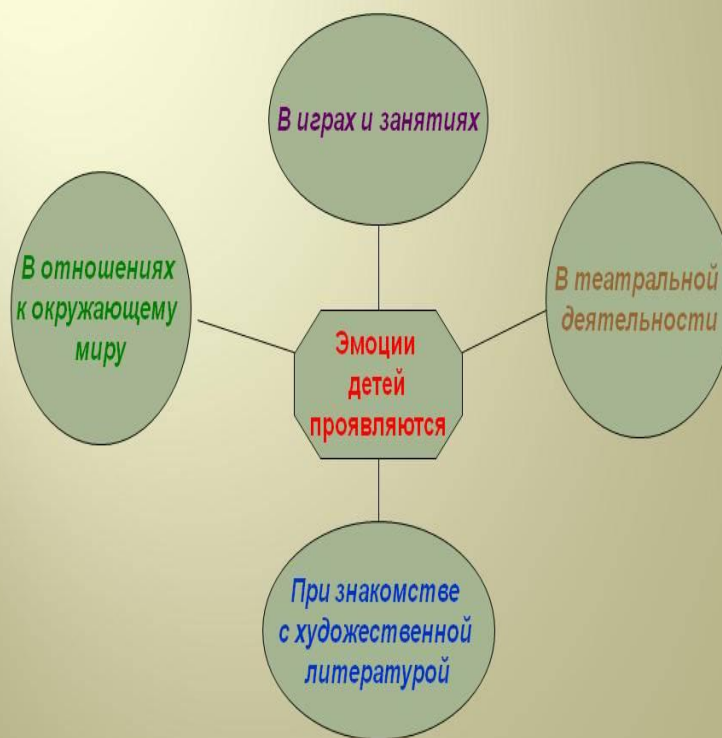
отсутствие
инициативы

неуверенность
в себе

недоверие к
окружающему
миру

склонность
к болезням

Необходимые условия для развития детских эмоций



«Условия эмоционального благополучия детей в группе детского сада»

- **быстрая адаптация** к условиям детского сада (постепенное приучение к режиму, пище, позволение приносить в группу любимую игрушку, во время утреннего приема использование различных сюрпризных моментов, подвижных игр);
- наличие в группах **«телефонов доверия»**, по которым можно позвонить маме;
- наличие **«семейных альбомов»**, **«уголков психорелаксации»**;
- **«зональность развивающей среды»**, позволяющая детям рассредоточиться;
- разумная **занятость** детей, в течении всего дня;
- применение **физминуток** во время организованной образовательной деятельности;
- часто плаксивым детям можно давать **установку на интересный завтрашний день**;
- проведение **«утра радостных встреч»**, позволяющих каждому ребенку ощутить себя в центре внимания;
- **демократичный стиль общения** воспитателя – не над, а рядом, вместе, глаза в глаза;
- соблюдение воспитателем принципов психолого-педагогического сопровождения детей, главным из которых является:

«Ребенок всегда прав. Неправым может быть только взрослый, чья программа ребенку не интересна». (И.Сеченов)

*Обеспечение
психологической безопасности
личности ребенка*



**Социально-коммуникативное
развитие детей**

**Занятия, игры, упражнения,
на эмоциональное развитие
дошкольников, психологические речевые настройки**

Формирование

взаимоотношений детей в сюжетно-ролевой игре»



*Театрализованная деятельность
как средство
социально-эмоционального развития дошкольника*



Литературный центр

Анализ на развитие
детской
эмоциональности
(Кружева стр.152)
Рисуночные игры

музыка

При утомлении и нервном истощении. «Полонез»
Огинского

При угнетенном меланхолическом настроении. «Аве
Мария» Шуберта.

При выраженной раздражимости. «Сентиментальный
вальс» Чайковского.

При снижении сосредоточенности внимания. «Времена
года» П.Чайковского.

Расслабляющее действие романс Д.Шостаковича.

Тонизирующее воздействие. «Шербурские зонтики». Леграна.

Уголок настроения

Настенное панно ,мое настроение
Плакат
Азбука эмоций
Волшебный стул
Коврик злости
Волшебный мешочек
Волшебный клубочек
Доска желаний
Дерево настроения

Познавательный центр

Материал для
самостоятельного
закрепления изученного
на занятиях

Игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения

1. «Ласковые ладошки».

Дети стоят по кругу друг за другом. Гладят ладошками впереди стоящего ребенка по голове, спине, рукам, слегка касаясь.

2. «Перематывание клубочков».

Два клубочка разного цвета диаметром примерно 5 см, закрепленных так, чтобы нитки не разматывались, соединены между собой толстой ниткой пряжи длиной 1—1,5 м. Ребенок перематывает нитку с одного клубочка на другой.

3. «Хлопай—топай».

Предложить одному или нескольким детям, испытывающим психоэмоциональное напряжение или чувство злости, выполнить простые—потопать ногами, хлопнуть в ладоши так сильно, как кому нравится.

4. «Секретники».

Сшить небольшие мешочки одной расцветки. Насыпать в них различную крупу, набивать не туго. Предложить детям, испытывающим эмоциональный дискомфорт, отгадать, что же находится в мешочках? Дети мнут мешочки в руках, переключаются на другую деятельность, уходя таким образом от негативного состояния.

5. «Месим тесто».

Манипуляции с тестом отлично снимают психоэмоциональное напряжение, развивают моторику мышц кистей рук. Дети просто мнут тесто, по желанию могут лепить из него различные фигурки. Дети могут играть с тестом в уголке уединения, вдвоем или поодиночке.

6. «Майские жуки».

Дети—майские жуки. Они летают, жужжат под слова ведущего.

На полянке, у реки

Летают майские жуки.

Падают, устали!

На спинке полежали.

Ножками болтают.

Зетихли отдыхают.

Жуки ложатся на ковер ножками вверх, барахтаются, устали. Некоторое время лежат, отдыхают под звуковой фон на лесной полянке.

Этюды на развитие эмоций

1. «УДОВОЛЬСТВИЕ»

- «ВКУСНАЯ КОНФЕТА»
- «ЛАСКОВОЕ СОЛНЫШКО»
- «СНЕЖИНКА»

2. «СТРАХ»

- «ЛИСЕНОК БОИТСЯ»
- «ГРОЗА»

3. «СТЫД»

- «РАЗБИТАЯ ВАЗА»
- «ОПЯТЬ ДВОЙКА»

4. «ГРУСТЬ»

- «КУКЛА ЗАБОЛЕЛА»
- «МАМА УЕХАЛА»



Игры и упражнения на развитие доброго и внимательного отношения детей друг к другу в процессе общения.

1. «В кругу симпатий».

В кругу, перебрасывая мяч друг другу, говорить комплименты.

2. «Коллективная сказка».

В кругу, по очереди говорить по одному предложению, чтобы получилась законченная сказка.

3. «Подари подарок».

В кругу невербально дарить друг другу подарки.

4. «Передай улыбку по кругу».

Участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, улыбнуться соседу.

Медитация для педагогов.

Цель: полное расслабление, повышение внутренней стабильности.

«Концентрация на медитативном дыхании» (одна из самых эффективных видов дыхательной техники)

Процедура.

Примите удобную позу. Расслабьте тело. Внимание направьте на дыхание. Постарайтесь не менять естественный тип дыхания, а только следите за ним. Говорите себе: «Я чувствую свой вдох.. Чувствую выдох» После регулярных тренировок периоды рассеянности сокращаются, а периоды концентрации увеличиваются.

Давайте растить



детей здоровыми!



Спасибо за внимание !