

**Использование  
здоровьесберегающих приёмов  
формирования благоприятной  
эмоциональной сферы  
дошкольников**



**Гимнастика мозга - средство  
формирования успешного жизненного стиля**

**Цель:**

**Повышение эффективности обучения за  
счет поддержания обучаемого в хорошей  
физической, эмоциональной и  
интеллектуальной форме**

**Психотехнические игры**

**Цель:**

**Формирование сплоченности коллектива,  
развитие толерантности и чувства  
сопереживания**

# Классификация игр

- *Игры и упражнения на создание положительного эмоционального настроения, снятия напряжения, умения выразить свое настроение*
- *Игры и упражнения на развитие дружелюбия и сплоченности коллектива*
- *Игры и упражнения, развивающие нравственные чувства, коммуникативные навыки, эмпатию, толерантность*

# **РИТУАЛЫ**

**(приветствия, начала и  
окончания любого вида  
деятельности)**

**Цель:**

**Мобилизация сил ребенка на определенное продуктивное действие, на накопление положительного опыта, на формирование позитивной эмоциональной сферы**

**Организация  
дневного сна  
(аутогенный тренинг,  
дыхательные упражнения,  
релаксация, музыкотерапия)**

**Цель:**

**Профилактика психоэмоционального  
напряжения , сохранение здоровья  
детей**



# **ЭЛИМИНАЦИЯ**

**психоэмоционального состояния на  
основе наглядных стимулов**

**Цель:**

**Формирование**

**навыка**

**дифференцирования**

**эмоциональных**

**состояний**



**ПРАЗДНИКИ**  
**среди будней**  
**(как современная**  
**форма активного**  
**отдыха детей в**  
**ДОУ)**



**Цель: Снятие (предупреждение)**  
**психоэмоционального напряжения**  
**участников воспитательно-образова-**  
**тельного процесса, формирование**  
**навыков успешного социального**  
**взаимодействия**



***Уголки настроения групп  
(как форма предупреждения  
психоэмоционального напряжения  
детей дошкольного возраста)***









