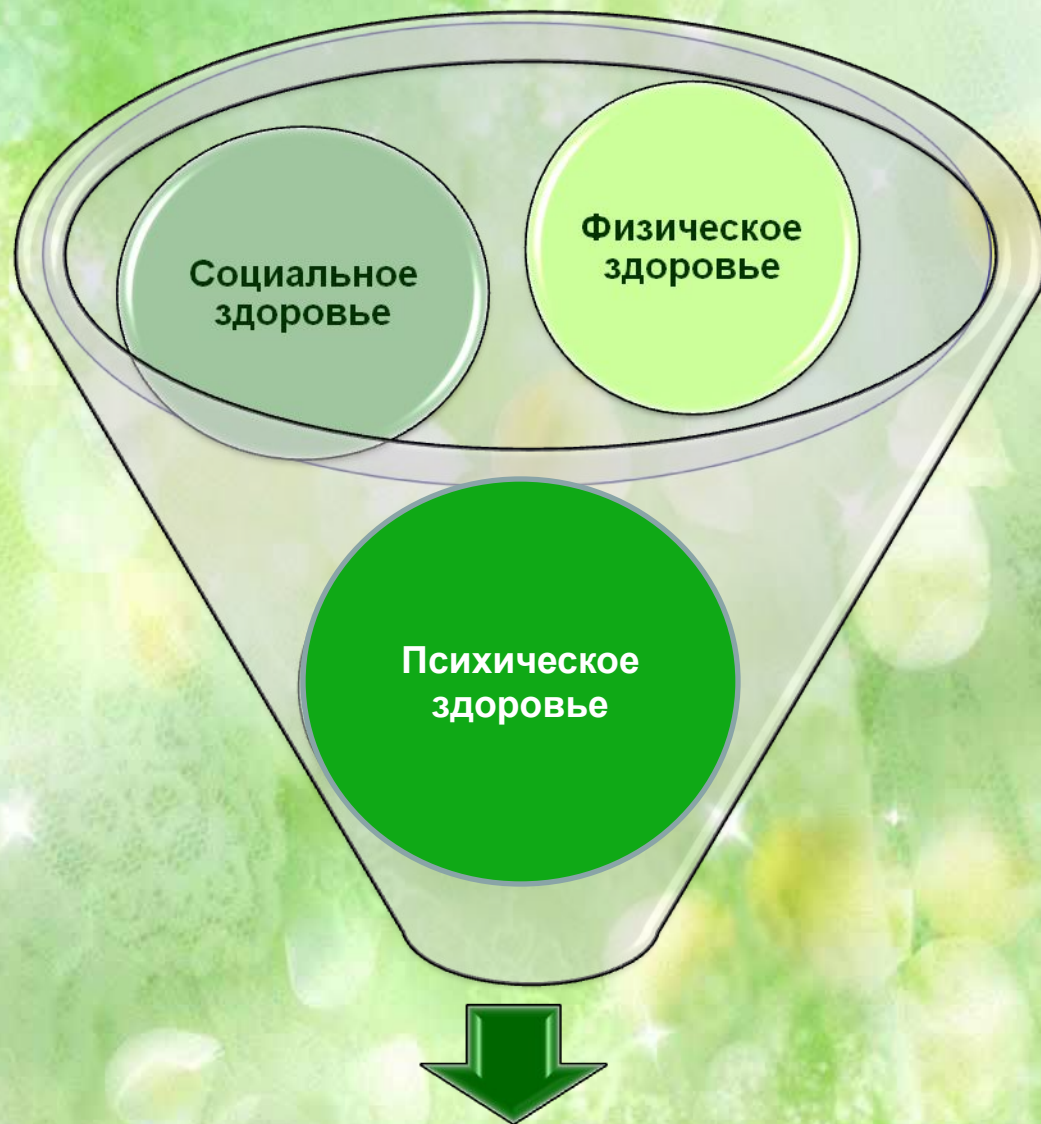


**Психологическое благополучие  
ребенка дошкольного возраста в  
условиях современного ДОУ как  
составляющая полноценного  
здоровья**

***МАЛОВА СВЕТЛАНА ЮРЬЕВНА***



**ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК**

**В детстве здоровье не  
осознается: оно как воздух,  
как солнце, как данность,  
не нуждающаяся  
в размышлении о ней.**



# Показатели психологического комфорта детей

- Устойчивое бодрое состояние;
- доминирование положительных эмоций, радостное настроение;
- высокий физический тонус;
- отсутствие тревожности;
- высокие показатели адаптивности;
- хороший сон, аппетит;
- высокая познавательная и творческая активность;
- дружелюбность, открытость, готовность к взаимодействию с окружающими людьми;
- отсутствие агрессии;
- низкая заболеваемость.



## **«Психологическая безопасность»**

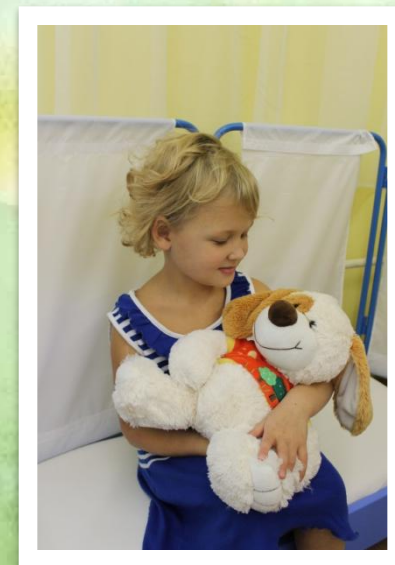
- состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создающее значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников.**
- переживание личностью психологического комфорта, выражающееся в осознании собственного статуса, чувства собственного достоинства и их неприкосновенности, а также в эмоциональном принятии себя.**

# **Обеспечения психологической безопасности личности ребенка в дошкольном учреждении**

- 1. Комфортная для психологического состояния детей организация режимных моментов.**
- 2. Система профилактики психоэмоционального состояния детей средствами физического воспитания.**
- 3. Работа с природным материалом: глиной, песком, водой.**
- 4. Контроль и регулирование психоэмоциональных и физических нагрузок.**
- 5. Предоставление ребенку максимально возможной в этом возрасте самостоятельности и свободы.**
- 6. Контроль самочувствия и настроения ребенка, своевременная их коррекция.**
- 7. Развитие предметно-пространственной среды всего учреждения, расширение возможности контактов ребенка с другими детьми и взрослыми.**

## *Рекомендации*

- Наличие в группе зоны для психологической разгрузки применяются для достижения релаксации и отдыха.
- Материал для обучения агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме помогает справиться с отрицательными эмоциями, снять напряжение, выплеснуть накопившуюся энергию.
- Эмоционально-развивающие игры, направленные на обучение детей бесконфликтному общению, материал для обучения детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям.



## *Советы педагогам:*

- доверие к ребенку;
- уважительное отношение к детям;
- в случае неудачи ребенка необходимо вселить в него уверенность в том, что все должно получиться;
- педагоги должны демонстрировать ребенку позитивное отношение и уверенность в возможности преодоления жизненных сложностей;
- детей нельзя обманывать - делать хорошую мину при плохой игре, т.к. дети очень чувствительны к фальши;



- меньше сравнивать ребенка с другими детьми, особенно если сравнение не в пользу ребенка;
- чтобы выработать чувство ответственности, необходимо, чтобы у ребенка были дела, за которые отвечает только он (домашние поручения, уроки и т. д.);
- похвала не должна быть фальшивой, иначе у ребенка возникает чувство собственного бессилия;
- помощь ребенку необходима тогда, когда он об этом попросит.

***«Единственная красота , которую я знаю -  
это здоровье»***

***(Генрих Гейне)***

