



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 личностнодоверительном 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)

