**Консультация для педагогов**

**Педагог-психолог Раевская А.А.
Тема: «Развлечение – как совместная деятельность педагога с детьми**

**для снятия психо-эмоционального напряжения»**

|  |
| --- |
| «Здоровье – нормальное физиологическое функционирование всех здоровых органов и систем, как в обычных условиях, так и в период физических и психических нагрузок» |

Само понятие «здоровье» делится на физическую и психическую составляющие. Физическое здоровье подразумевает нормальную работу здоровых тканей и органов и естественное отсутствие болезненных ощущений. Психически полноценный человек обладает светлым умом, отличным настроением, памятью и крепким здоровым сном. Понятия психического и физического здоровья неразделимы.

Хорошо, что о поддержании и формировании психологического здоровья рассуждают педагоги дошкольного образования - люди, окружающие ребенка с первых его шагов. Через нас, взрослых, ребенок постигает мир, от нас зависит, насколько легко войдет ребенок в сложный взрослый мир. Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного развития ребенка в процессе его жизнедеятельности.

Что характеризует  психологически здорового человека?

Если составить обобщенный портрет психологически здорового человека, то мы увидим спонтанного, творческого, жизнерадостного, веселого, открытого, познающего себя и окружающий мир человека не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Он находится в постоянном развитии и способствует развитию других людей. Такой человек берет ответственность за свою жизнь прежде всего на себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом. Это человек, находящийся в гармонии с самим собой и окружающим его миром.

Таким образом, можно сказать, что ключевым словом для описания психологического здоровья является слово «гармония». Это гармония между различными аспектами: эмоциональными и интеллектуальными, телесными и психическими.

**Психологическая поддержка детей в дошкольном учреждении**

Задачи психологической поддержки детей:

1.Обучение положительному самоотношению и принятию других людей.

2.Обучение рефлексивным умениям (умение осознавать свои чувства, причины поведения).

3.Формирование потребности в саморазвитии (умение находить в трудных ситуациях силы внутри себя).

Рекомендации педагогам дошкольного учреждения в сфере профилактики формирования психологического неблагополучия в развитии ребенка:

* Создавайте в учреждении спокойную, жизнерадостную обстановку.
* Проявляйте искренний интерес к личности каждого ребенка, его состоянию, настроению.
* Организовывайте жизнедеятельность детей таким образом, чтоб у них накапливался положительный опыт добрых чувств.
* Собственным поведением демонстрируйте уважительное отношение ко всем детям.
* В ходе обучающих занятий учитывайте возрастные особенности и интересы детей.
* Создавайте условия для формирования у детей положительных взаимоотношений со сверстниками, привязанности и доверия ко взрослым
* Учите детей осознавать свои эмоциональные состояния, настроения и чувства окружающих людей.
* Учите детей устанавливать связь между поступками, событиями, настроением и самочувствием людей.
* При организации взаимодействия чаще пользуйтесь поощрением, поддержкой детей, чем порицанием и запрещением.
* Создавайте условия для эффективного доверительного сотрудничества с родителями воспитанников.

Одним из составляющих аспектов здоровьесбережения в ДОУ является такой вид деятельности как «развлечения с детьми».

|  |
| --- |
| «Развлечение — деятельность ради удовольствия, проведение досуга» |
| «Развлечение — это целенаправленная деятельность компетентного агента культуры, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, релаксации, игре, получении удовольствий» |

В современном обществе она невозможна без профессионального мастерства, специальных организационных форм и социальных институтов.

Праздники, развлечения – важный фактор формирования маленького человека. Через звуки и движения ребенок познает мир, в который пришел. У детей досуг, праздники побуждают интерес к творчеству, воспитывают умение жить в коллективе, содействуют накоплению опыта общественного поведения, проявлению инициативы и самостоятельности. Массовость, красочность, положительные эмоции, доступность всего происходящего нужны как витамины.

Праздник – визитная карточка детского сада. Здесь видна динамика развития ребенка, видно, чему он научился, насколько он комфортно себя чувствует в детском саду. Через организацию праздников создаются условия для развития общей культуры ребенка, его творческой индивидуальности и формирование положительной концепции личностного «Я». Для достижения данной цели необходимо решить комплекс педагогических задач:

1. сформировать у ребенка первоначальные представления о культуре в целом и мире искусства в частности;
2. стремиться развивать творческие способности эмоциональной сферы ребенка;
3. приобщать детей к основам художественной и коммуникативной культуры через обучение разным видам деятельности;
4. формировать уверенность в своих силах;
5. укреплять физическое и психическое здоровье детей;
6. учить уважать мнение сверстников и окружающих людей;
7. обучать рациональному использованию;
8. воспитывать интерес к истории своей Родины, своего народа, своей семьи;
9. создавать социокультурное пространство для развития у ребенка эстетического отношения к окружающему миру;
10. поддерживать у родителей интерес к проведению совместных мероприятий.

Решив вышеуказанные задачи, мы и добьёмся поставленной цели – «гармоничного человечка».

Именно деятельность в свободное время воспитывает ребенка, способствует развитию памяти, формирует духовный мир, мораль. Дети учатся правильному отношению друг к другу и старшему поколению. У них развивается эстетическое чувство к прекрасному, умение ценить материальные и духовные ценности, а также умение ими пользоваться, т.е. ребёнок находится в гармонии с собой и обществом.