

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 5 «Родничок» комбинированного вида
с. Сарыг-Сеп Каа-Хемского района Республики Тыва

**«Единственная красота, которую я знаю –
это здоровье» (Г.Гейне)**

НЕДЕЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ



Выполнила:
педагог-психолог Арчумаева
Валентина.Геннадьевна.

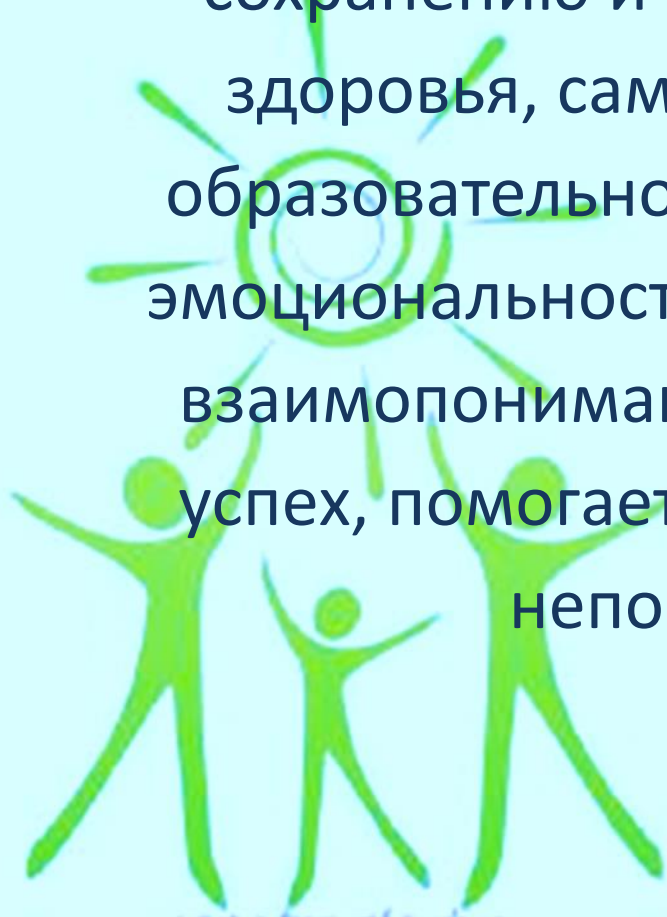
Цель: вовлечение всех участников образовательного процесса в совместную деятельность, создание условий для формирования положительной установки, благоприятной психологической и эмоциональной атмосферы в ДОУ.

Задачи:

- Сохранять и укреплять психологическое здоровье детей.
- Повышать психологическую компетентность детей, педагогов, родителей.
- Содействовать развитию личности дошкольников.
- Повышать уровень доверия между всеми участниками образовательного процесса.



«Неделя психологического здоровья» - это акция, которая способствует повышению уровня психологической и коммуникативной культуры, сохранению и укреплению психологического здоровья, самореализации всех участников образовательного процесса. Она заряжает всех эмоциональностью, создает атмосферу дружбы, взаимопонимания, поддержки, вселяет веру в успех, помогает раскрыть индивидуальность и неповторимость каждого.



План проведения психологической недели здоровья

- ♦ **Акция** для родителей и детей **«День объятий и хороших слов»**
- ♦ Размещение информационного материала по теме психического здоровья в уголках для родителей
- ♦ Коллаж **«Дерево настроения»**
- ♦ Игровой сеанс **«Угощение для Карлсона»**
- ♦ Игровой сеанс для педагогов **«Наш потенциал»**
- ♦ Спортивная игра **«Курочка и цыплята»** (средняя группа)
- ♦ Для родителей **«Волшебные секреты решения проблем»**
- ♦ **Правила общения** (старшая группа)

Акция для родителей и детей «День объятий и хороших слов»

Цель: психологическая профилактика, гармонизация внутреннего мира участников.

На лестнице развешивались листочки с высказываниями: «Скажите своему ребенку, что Вы его любите», »Обнимите своего ребенка», «Назовите ребенка ласковым словом» «Поцелуйте ребёнка» и т.д. Родители читали добрые пожелания и исполняли то, что написано.



Размещение информационного материала по теме психического здоровья в уголках для родителей



Какие воздействия нарушают психологическое здоровье детей?

1. Стрессогенная тактика педагогических воздействий.
2. Перегрузка — интенсификация учебной деятельности.
3. Ситуация в семьях.
4. Некомпетентность родителей и педагогов в вопросах физиологического развития ребенка.
5. Зависимости.

Как же сохранить психологическое здоровье ребенка?



Проблемы психологического здоровья современного дошкольника



Коллаж «Дерево настроения»

Цвет цветочка позволяет взрослому диагностировать их настроение.



Настроение родителей

Группа	 отличное	 спокойное	 грустное	 тревожное
Подготовительная к школе № 1	38 %	38 %	14 %	10 %
Подготовительная к школе № 2	77 %	14 %	5 %	5 %
Старшая №2	53 %	13 %	20 %	13 %
Средняя №1	59 %	35 %	6 %	0
Средняя №2	43 %	30 %	17 %	10 %

Игровой сеанс «Угощение для Карлсона»

Цель: Формирование эмоционально-чувственной сферы детей



Игровой сеанс для педагогов

«Наш потенциал»



БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, ДЛЯ СЕБЯ!

**НЕ ЗАБЫВАЙТЕ: РАБОТА ВСЕГО ЛИШЬ ЧАСТЬ ЖИЗНИ, КОТОРУЮ
НУЖНО ПРОВЕСТИ В РАДОСТИ И ГАРМОНИИ С САМИМ СОБОЙ.**

Спортивная игра «Курочка и цыплята»





Правила общения

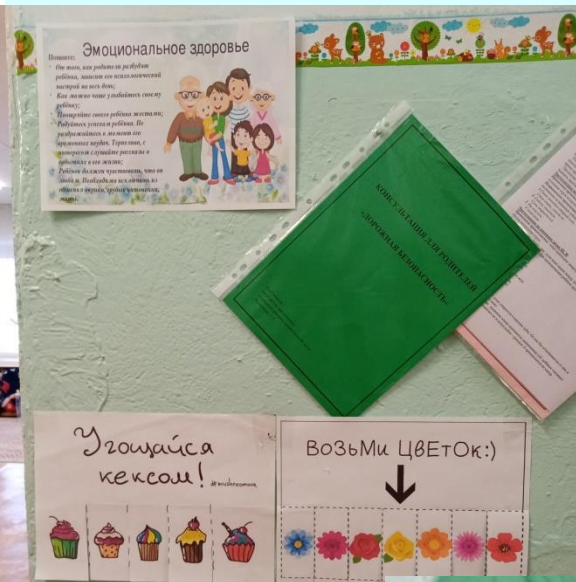


Для родителей «Волшебные секреты решения проблем»



Для родителей на день мамы.

«Улыбнись подарку»



РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ:

1. Научитесь по возможности сразу сбрасывать негативные эмоции, а не вытеснять их в психосоматику. Как это можно сделать в условиях работы в детском саду:

- громко запеть;

- резко встать и пройтись;

- пройтись по лестнице вверх, вниз;

- быстро и резко написать или нарисовать что-то на доске или листе бумаги;

- измалевать листок бумаги, измять и выбросить.

2. Если у вас имеются нарушения сна, старайтесь читать на ночь стихи, а не прозу.

По данным исследований ученых, стихи и проза различаются по энергетике, стихи ближе к ритму человеческого организма и действуют успокаивающе.

3. Каждый вечер обязательно становитесь под душ и проговаривая события прошедшего дня, «смывайте» их, т. к. вода издавна является мощным энергетическим проводником. Начинайте восстанавливаться уже сейчас, не откладывая на потом!

Буду рада встретиться вновь!



Не держи зла,

держи шарик!

