

**Каюмова Анна Михайловна**

педагог-психолог

МБДОУ ЦРР – Д/С «Мечта»

г. Абакан, Республика Хакасия

## **ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО СОХРАНЕНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ДОУ**

*Аннотация:* автор статьи отмечает, что построение образовательной работы на основе ФГОС ДО значительно повышает роль педагога-психолога в решении задач развития дошкольного образования. Психологическое сопровождение является необходимым условием, обеспечивающим решение таких задач, определенных ФГОС ДО, как позитивная социализация ребенка, его всестороннее личностное морально-нравственное и познавательное развитие, развитие инициативы и творческих способностей. Основная цель деятельности современного педагога-психолога ДОУ – это охрана психического здоровья детей на основе создания условий, способствующих эмоциональному благополучию и развитию каждого ребенка. Для этого необходима система психологической поддержки и помощи детям в ДОУ.

*Ключевые слова:* психическое здоровье, система психологической поддержки, дети в ДОУ, важнейшие компоненты, психологическая поддержка детей, ДОУ.

«Здоровье дороже всего» – гласит народная мудрость. И вряд ли найдется человек, способный её оспорить.

В результате проведения опроса педагогов и родителей детского сада по поводу их отношения к тому: «На что, должны обратить особое внимание семья и детский сад заботясь о здоровье детей?» Оказалось, что большинство респондентов выделили: соблюдение режима; физкультурные занятия (сюда же входят захватывающие мероприятия); рациональное, калорийное питание; прогулки, сон; благоприятная психологическая атмосфера. Данное исследование помогло нам еще раз утвердиться в неразрывной связи физического и психического здоровья.

«Психическое здоровье» – это совокупность нескольких составляющих: интеллектуального развития, эмоционального состояния и физического развития организма [2].

Одной из задач ДОУ является охрана психического здоровья детей, а также создание условий, способствующих эмоциональному благополучию и развитию каждого ребенка.

Для решения данной задачи в детском саду разработана система психологической поддержки и помощи детям. Важнейшими компонентами этой системы являются [4]:

1. Успешная адаптация дошкольников к условиям детского сада.
2. Характер складывающихся отношений со сверстниками.
3. Личностно-центрированное взаимодействие с взрослыми.
4. Рациональная организация жизнедеятельности ребенка.
5. Построение коррекционно-развивающей среды, содействующей развитию индивидуальности ребенка.

*Успешная адаптация дошкольников к условиям детского сада* осуществляется с помощь следующих методов и приемов [3]:

- проведение «Праздника первой встречи»;
- помощь детей старших групп;
- доброжелательный тон воспитателя;
- включение в общение игровых персонажей (элементы новизны, сюрпризные моменты);
- проведение игр (на снятие стресса, на положительные эмоции);
- засыпание с любимыми игрушками;
- стенды и альбомы с семейными фотографиями;
- присутствие родителей на занятиях, прогулках, участие в играх;
- организация совместных праздников, развлечений с родителями.

Особый интерес приобретает *характер складывающихся отношений детей со сверстниками*. Степень популярности ребенка в группе имеет большое значение, и от того, как складываются отношения дошкольников в группе сверстников,

зависит последующий путь его личностного и социального развития. Поэтому в рамках данного компонента осуществляется работа по развитию навыков общения детей со сверстниками.

В ходе коррекционно-развивающих занятий с детьми используются следующие виды игр, игровых упражнений:

1. Игры на развитие умения общаться и устанавливать контакт при помощи неречевых средств (мимики, пантомимики, жестов, контакт глаз);
2. Игры на развитие умения устанавливать контакт с помощью речевых средств (комplименты, обращение по имени, слова приветствия, прощания, благодарности);
3. Игры на развитие умения оказывать эмоциональную поддержку, понимать эмоциональное настроение свое и окружающих;
4. Игры на развитие умения разрешать конфликтные ситуации и вести себя в них:

- игры, упражнения на обучение навыкам саморегуляции;
- игры на снятие психоэмоционального напряжения;
- «Модель релаксационного тренинга» (авторы: И.П. Брязгунов, Е.В. Касатикова).

Существенное значение в системе работы психологической поддержки и помощи детям имеет *личностно-центрированное взаимодействие с взрослыми*. Содержанием работы данного компонента является:

- *установление личного контакта с каждым ребенком*, что включает в себя обращение к детям по имени, общение на уровне глаз ребенка, использование тактильных прикосновений, высказывания «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений», похвала, ласковые слова, одобрение, сравнение с самим собой, поощрение.

Далее еще одним из компонентов системы выступает *построение коррекционно-развивающей среды в ДОУ*, которая предполагает:

- наличие в группах «Уголков ярости» – это и дротики, подушки, листки гнева, стаканчики для криков;

- стены творчества, стенды эмоционального состояния: «Карусель настроения», «Азбука эмоций», коллажи, выставки: «Вот какие мы», «Папа, мама, я – вместе дружная семья», «Наша группа», «Мы отдыхаем»;
- оживление холлов произведениями детского творчества;
- наличие в группах мест уединения и отдыха (передвижные перегородки; зеленые зоны; мягкие уголки; диванчики или мягкие подушки).

Таким образом, можно сделать вывод, что организация работы по сохранению психического здоровья детей способствует эмоциональному благополучию и развитию каждого ребенка.

### ***Список литературы***

1. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. Учебное пособие. – Российское педагогическое агентство, 1997. – 192 с.
2. Конюхов Н.И. Словарь справочник практического психолога. – Воронеж: МОДЭК, 1996. – 128 с.
3. Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. – Волгоград, 2010. – 127 с.
4. Сундукова А.К. Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ / А.К. Сундукова, Г.Н. Калайтанова. – Аркти, 2010. – 104 с.