1-ая неделя месячника психологического здоровья.

С 15 октября по 15 ноября в нашем детском саду проходит традиционный месячник психологического здоровья.

Главная цель этого периода — помочь детям чувствовать себя спокойно, уверенно и счастливо, а также укрепить связь между семьей и садом.

Психологическое здоровье дошкольника — это фундамент его будущей успешности. В этот период закладывается самооценка, умение сопереживать и договариваться. Спокойный и уверенный в себе ребенок легче усваивает знания, реже болеет и с радостью идет в детский сад.

Для педагогов это возможность вовремя заметить скрытые тревоги детей, а для родителей — научиться лучше понимать своего ребенка. Это помогает малышам не держать эмоции в себе, а нам, взрослым — вовремя заметить, если ребенку нужна поддержка. Ведь наша общая цель- — научить детей понимать свои чувства, конструктивно их выражать.

Первый день месячника начался с акции «Ящик настроения» (каждый день дети могут опустить в него смайлик, соответствующий их утреннему состоянию (веселый, задумчивый или грустный) и акции «15 октября-Всемирный день чистых рук» (дети выполняли задания, родители отвечали на вопросы и выполняли задания), все педагоги приняли участие в утренней гимнастике.

Презентация «Чистые руки»



Определение эмоционального состояния-веселый-грустный






Утро: обидная
День: Весёлая

Индивидуальная работа



Во время занятий мы знакомились с палитрой эмоций. Говорили не только о радости и грусти, но и об обиде, зависти, удивлении и страхе. Участвуя в психологических тренингах, дети учились управлять своим телом и настроением (игра «Море волнуется раз», «Кричалки и шепталки», Арт-терапия: рисование своего настроения пальчиковыми красками и создание «Облака настроения» в группе, где каждый мог

прикрепить смайлик своего дня). Во время релаксации учились расслабляться под звуки природы и мягкую музыку в «уголке уединения».



Начал функционировать проект «Здоровые ножки топают по дорожке» с использованием массажных ковриков.



С целью оздоровления организма и укрепления иммунитета через вдыхание воздуха, насыщенного микрочастицами соли совместно с медсестрой дети продолжают галотерапию (посещение солевой комнаты),мягкий приглушенный свет, тихая музыка и необычный «песочный»(солевой) ландшафт создают эффект погружения в другую среду, происходит «снятие мышечного панциря». Сочетание этих методов помогает ребенку стать более усидчивым, спокойным, физически выносливым и эмоционально устойчивым.









с инструктором по ФВ с целью профилактики ОРВИ проводятся подвижные игры на свежем воздухе







Воспитателями и специалистами были подготовлены рекомендации для родителей.