

Консультация для педагогов по теме
«Эмоциональное благополучие и здоровье дошкольников в соответствии с ФГОС»

В государственных документах: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», Федеральный государственный образовательный стандарт Дошкольного образования, определен комплекс мер, направленных на развитие системы дошкольного образования в стране и повышение его качества. Особое место в них занимает *охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе эмоциональное благополучие, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)*.

Дошкольное детство – период, когда закладываются основы физического, психического развития и здоровья будущего человека. *Одним из центральных положений Концепции дошкольного воспитания является обеспечение эмоционального благополучия ребенка в дошкольном образовательном учреждении*, которое является показателем эффективной работы детского сада и составляет основу психологического здоровья дошкольника.

Интерес к проблеме психологического здоровья, в том числе и эмоционального благополучия, вызван тем, что с каждым годом появляется все больше детей с отклонениями в эмоциональной сфере. Кроме того, сокращается число здоровых детей. Увеличивается и число отклонений, приобретенных в раннем детстве в физическом и умственном развитии.

Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста - одно из важнейших направлений деятельности педагога-психолога в современном детском саду. Ведь эмоции - это своеобразный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, одновременно познавая его.

Психологической наукой доказано, что *у ребенка в возрасте 3-7 лет происходят качественные изменения в сфере эмоций*, преобразуются взгляды на мир и отношения с окружающими. Малыши, например, живо и непосредственно реагируют на все происходящее. Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои чувства, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей. С развитием эмоциональной сферы качественно меняется сам внутренний мир ребенка, который для достижения гармонии чувств и ощущений, а также для

полноценной реализации личности в жизни должен быть ярким, комфортным и позитивным.

Эмоциональная сфера при этом сама по себе стать совершенной не может. Ее необходимо внимательно изучать и бережно развивать.

В наши дни уместно вспомнить феномен "засушенного сердца". Под этим термином понимается черствость, обедненность или даже полное отсутствие чувств во взаимоотношениях людей. Сложность нынешней ситуации состоит именно в том, что, помимо часто встречающихся недочетов в воспитании и образовании, "обесчувствованию" людей способствует сама современная жизнь, в которую напрямую включен ребенок. Например, подолгу находясь у телевизора или компьютера, мальчики и девочки стали меньше взаимодействовать со взрослыми и сверстниками. А ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому дети и становятся более эгоистичными, эмоционально изолированными, переутомленными и менее отзывчивыми к чувствам других. Кроме того, со стороны взрослых также не всегда встречается должное внимание к настроениям и переживаниям ребенка. Родители нередко бывают слишком заняты, чтобы тратить время на "детские" проблемы. Между тем, ростки негативных чувств и эмоций могут принести самые нежелательные плоды.

Таким образом, сейчас особенно важно объединить усилия воспитателей, всех специалистов детского сада и родителей, направив их на развитие чувственной сферы детей и обеспечение благоприятного эмоционального микроклимата.

Условия обеспечения эмоционального благополучия детей.

Для обеспечения эмоционального благополучия детей необходимо:

- безусловное принятие каждого ребенка взрослыми для развития у него жизненно важного чувства безопасности и уверенности в себе, в собственных силах;
- позитивность окружающей детей обстановки;
- равенство в отношениях между взрослым и ребенком; обеспечение детям возможности свободно перемещаться в пространстве группы, в других помещениях детского сада;
- гибкий, личностно ориентированный подход: отказ от любых "ярлыков", учет психических и личностных особенностей каждого ребенка;
- создание условий для раскрытия личностной индивидуальности воспитанников, т. е. раннее выявление их творческих возможностей и способностей, своевременный мониторинг, поощрение даже небольших достижений каждого ребенка и его стремления к самостоятельности;

- внимательное отношение и чуткая реакция на возникающие детские проблемы, тревоги и страхи;
- тактичное общение с ребенком для совместной «переработки» чрезмерно волнующих его впечатлений (часто негативных) с целью их постепенного уменьшения и преодоления, а также повышения самооценки.

В соответствии с ФГОС для успешной реализации программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

1. уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
2. использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
3. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
4. поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
5. поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
6. возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
7. защита детей от всех форм физического и психического насилия.

Жизнь в ДОУ должна быть организована таким образом, что ребёнок имеет возможность играть, заниматься, укреплять физическое и психическое здоровье. Созданы все условия для эмоционального благополучия детей. Большое внимание уделяется развитию эмоционально-личностной сферы.

Знакомство с базовыми эмоциями осуществляется, как в ходе всего воспитательно-образовательного процесса, так и на специально организованных занятиях, где дети переживают эмоциональное состояние, знакомятся с опытом сверстников, с литературой, изобразительным искусством, отражающими эмоции и чувства. Ценность таких занятий состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, что они начинают лучше понимать себя и других, у них развивается чувство эмпатии.

С помощью сюжетно-ролевых, подвижных игр, игровых упражнений, элементов психогимнастики, техники выразительных движений, этюдов,

мимики и пантомимики, психомышечной тренировки мы способствуем развитию эмоциональной сферы детей.

Таким образом, эмоциональное благополучие формируется под влиянием воспитания, развития и обучения, в ходе приобретения индивидуального жизненного опыта. Эмоциональная жизнь, эмоциональное благополучие, эмоциональное самовыражение и все высшие человеческие чувства развиваются в процессе слаженной работы всех участников процесса. В дошкольном возрасте эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи, что является необходимым условием интеграции детей с нарушениями речи в среду нормально развивающихся сверстников.

Очень важно, чтобы ещё в дошкольном детстве ребёнок приобрёл опыт эмоционального реагирования, поскольку этот период является сензитивным для развития эмоциональной сферы.