**Основы формирования психологического здоровья старших дошкольников.**

Психологическое здоровье ребенка дошкольного возраста характеризуется преобладанием положительных эмоций над отрицательными и закреплением их в чертах характера, а так же личности детей: положительная самооценка, доброжелательность, уверенность в себе. Обобщенный портрет психологически здорового ребенка –  это прежде всего творческий, жизнерадостный, веселый, открытый, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он находится в постоянном развитии, гармонии с самим собой, с окружающей средой: людьми, природой. Обеспечение психологического здоровья в старшем дошкольном возрасте возможно с помощью реализации психологической поддержки детей.

А это во многом зависит от педагогов, работающих с дошкольниками, то есть стоящих у истоков становления личности. Педагоги должны переориентировать содержание образовательного процесса на  создание условий для обеспечения психологического здоровья личности ребенка. Саморазвитие личности возможно лишь в деятельности, которая включает в себя  не только внешнюю активность ребенка, но и внутреннюю. Основу психологического здоровья составляет полноценное психическое развитие на всех этапах.

В связи с этим и представляет особый интерес  изучение  форм и содержания психологической поддержки, обеспечивающей формирование психологического здоровья детей старшего дошкольного возраста.

Ребенку – дошкольнику по природе присуща ориентация на познание окружающего мира и экспериментирование с объектами и явлениями реальности. Уже в младшем дошкольном возрасте, познавая окружающий мир, он стремится не только рассмотреть предмет, но и потрогать его руками, языком, понюхать, пощупать и т.д. – удержать его практически невозможно, без этого он начинает страдать. Природа снабдила ребенка одним единственным инстинктом наполнения разнообразных сведений о мире, передав на многие годы все остальные функции взрослым.

 Если в свое время ребенку не создали условий для полноценного формирования психологического здоровья, тогда он задерживается на предыдущих стадиях развития и не поднимается на более высокий уровень. Уровень сформированности психологического здоровья будет низкий. Такой ребенок и в 5, и в 6, и в 7 лет не умеет ни играть, ни экспериментировать, ни трудиться, ни общаться со сверстниками, ни адекватно  реагировать на различные ситуации. Он умеет только манипулировать предметами.

Главное достоинство проведения специально разработанных психологических занятий в детском саду заключается в том, что их проведение не влияет на изменение в сетке непосредственно образовательных областей, идёт обогащение памяти ребенка, активизируются его мыслительные процессы, так как постоянно возникает необходимость совершать операции анализа и синтеза, сравнения и классификации. Развивается речь ребенка, так как ему необходимо давать отчет об увиденном, формулировать обнаруженные закономерности и выводы. Происходит накопление фонда умственных приемов и операций, которые рассматриваются как умственные умения. В ходе занятий у детей развивается самостоятельность, произвольность, способность преобразовывать какие – либо предметы и явления для достижения определенного результата. В совместной деятельности развивается эмоциональная сфера ребенка, творческие способности, формируются коммуникативные навыки, укрепляется физическое здоровье за счет повышения общего уровня двигательной активности.

 В процессе выполнения психологических игр, этюдов, упражнений ребенок осуществляет не простой, а многоуровневый эксперимент: физический – учится управлять своим телом и отдельными органами; социальный – запоминает особенности каждого человека, формы взаимодействия людей друг с другом; познавательный – тренирует мыслительные процессы, осваивает мыслительные операции; лингвистический – играет в словесные игры, занимается словотворчеством, обсуждает итоги игры; поведенческий – моделирует свое поведение в различных ситуациях.

И родители, и педагоги, не осознавшие значимости данной стадии становления личности ребенка, идут по самому простому пути: запрещают и наказывают. Этот подход лежит в основе авторитарной педагогики. В основе педагогики сотрудничества – создание обстановки, способствующей полноценному формированию психологического здоровья старших дошкольников.