**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №7**

**«Детский сад общеразвивающего вида»**

****

**Проект «Неделя психологического здоровья**

 **« Путь к гармонии»**

**Подготовила педагог-психолог**

 **МБДОУ№7**

**Беловинцева С.В.**

*« Ребенок беспомощен,*

 *но мудрость взрослых дают ему защиту,*

*так как именно окружающие ребенка взрослые*

*способны создать приемлемые условия*

 *для его полноценного развития»*

О.В. Хухлаева

**Актуальность**

Многие специалисты по дошкольному образованию констатируют, что эмоциональная сфера современных малышей развита слабо. Опираясь на свой личный опыт работы с детьми дошкольного возраста, могу сказать, что в наше время редко можно встретить по-настоящему веселого, эмоционально благополучного ребенка. Как никогда участились негативные проявления эмоционально-личностной сферы ребенка. Современные дети менее отзывчивы к чувствам других, они не всегда способны осознать не только чужие, но и свои эмоции. Отсюда возникают проблемы общения со сверстниками и взрослыми. У детей, которые имеют обедненную эмоциональную сферу, процесс социализации проходит довольно трудно.

 На сегодняшний день проблема сохранения и укрепления здоровья детей дошкольников очевидна. От состояния их здоровья зависят качественные и количественные характеристики будущего поколения. Важной предпосылкой физического здоровья является здоровье психологическое. В последние годы растет количество детей с нарушением психоэмоционального развития. Поэтому особое значение приобретают задачи сохранения психологического здоровья детей и формирования их эмоционального благополучия.

**Тип проекта**:совместный, творческий, краткосрочный.

**Срок реализации**: неделя

**Участники:** дети, родители, воспитатели групп и педагог- психолог.

Цель проекта: сохранение психологического здоровья детей, повышение психолого – педагогической компетенции родителей и педагогов, снятие психоэмоционального напряжения через организованную модель здоровьесбережение в ДОУ.

Задачи проекта:

1. Повысить психолого - педагогической компетентности педагогов и уровень знаний о психоэмоциональном развитии ребенка у родителей, через здоровьесберегающую деятельность в ДОУ
2. Создать единое воспитательно–образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями
3. Содействовать формированию здорового психологического комфорта в общении взрослых и детей.
4. Формировать познавательный интерес ребенка через его включенность в различные вид деятельности.
5. Научить взрослых использовать знания по формированию здорового психологического комфорта к психологическому здоровью детей.
6. Повышать интерес педагогов и родителей к психологии через распространение передового опыта по формированию здорового психологического комфорта воспитанников с учетом их возрастных особенностей.

**Новизна проекта:**

* Создана интегрированная модель образовательного процесса по развитию эмоционально-личностной сферы ребенка.
* Разработка авторской психологической технологии “Сказочные уроки”.
* Создание комплекса координационных действий по психологическому сопровождению образовательного процесса в данном направлении.
* Расширение спектра форм взаимодействия с родителями за счет практических занятий, в том, числе с родителями неорганизованных ДОУ детей

**Основные средства реализации проекта**

* Психологическое сопровождение процесса освоения современных психолого-педагогических технологий: арт-терапии, сказкотерапия, песочной терапии, музыкотерапии, смехотерапии и др. по разным направлениям учебно-воспитательного процесса, способствующих укреплению и развитию эмоционально-личностной сферы детей посещающих и не посещающих ДОУ.
* “Стиль здоровой улыбки” - занятия по укреплению эмоционально-личностной сферы у педагогов.
* Организация консультативно-диагностического пункта для родителей. / для родителей воспитанников ДОУ и детей не посещающих ДОУ /.

**Ожидаемый результат:** реализация проекта обеспечит целостность педагогического процесса, повысит психолого - педагогическую компетентность педагогов, повысит уровень знаний о психоэмоциональном развитии ребенка у родителей, сформирует осознанное отношение к родительству, дети и взрослые получат заряд положительных эмоции.

**Проектная деятельность будет осуществляться в три этапа.**

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП:

* определение цели и задач проекта;
* подбор методического материала, изучение литературы;
* разработка конспектов занятий с детьми, памяток для родителей и педагогов;
* поиск иллюстрационного материала;
* подготовка анкет для родителей;
* разработка тематического плана проекта «Неделя психологии».
* преобразование предметно-пространственной среды, создание на группах уголков настроения и уединения.

ОСНОВНОЙ ЭТАП:

* реализация проекта: совместная деятельность с детьми, педагогами и родителями;
* психологические акции: « Цветок здоровья», « Радуга настроения», «Сладкие мативаторы», Дерево пожеланий и предложений»

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП:

* подведение итогов реализации проекта и создания уголков уединения и настороения;
* выставки: «Мой ребенок- солнышко», «Моя семья – цветок, а я ней лепесток»;
* фото-лента «Мои друзья»
* презентация проекта.

*Приложение к годовому плану педагога-психолога МБДОУ №7*

*Беловинцевой С.В.*

*План Недели психологии*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День недели | Основная мысль дня | Тема и форма мероприятия | участники |
| **Понедельник** | Эстафетадушевногоздоровья | Открытие недели психологии.**Психологическая акция:****«Цветок здоровья»** (см.приложение 1)* Занятие с элементами тренинга «Стиль здоровой улыбки»(см.приложение 1)
* Релаксационные упражнения:

по лексической теме «Семья».*(раздать на группы)** Психогимнастика.

*(раздать на группы)** Занятие «Моё душевное здоровье»

(см.приложение )* Выпуск памяток для родителей по созданию эмоционального благополучия детей

*(раздать на группы)* | Сотрудники, родители, воспитанники ДОУ.Сотрудники Группы раннего развития, младшие группы, средние и старшие группы.Подготовительные группы.Все группы |
| **Вторник** | Зеркало души | **Психологическая акция:****«Радуга настроения»** (см.приложение 2)Занятие «Я и мое имя» (см.приложение 2)Конкурс портретов «Мой ребёнок – солнышко»Занятие «Наши эмоции»(см.приложение 3) | Сотрудники ДОУ, родители воспитанников.Подготовительные группыРодители и воспитанники младших и средних групп.Старшие группы |
| Среда | Мой дом – моя крепость.Здоровая семья –здоровые дети. |  **Рисование и выставка работ «Моя семья»**Занятие на тему «Моя семья»(см.приложение )Психологическая акция «Тайный друг»Папка-передвижка *Психологический тест с улыбкой**«Какие мы мамы»*Галерея стенгазет на тему: «Семья-цветок, а я в ней лепесток» |  Воспитанники ДОУ.Воспитанники подготовительных групп.Сотрудники ДОУВсе группыСтаршие и подготовительные группы. |
|  |  |  |  |
| Четверг | День дружбы | **Психологическая акция «Сладкие мативаторы»**Акция «Конверты дружбы»Занятие: «Что такое дружба?»(см.приложение 7)Папка-передвижка *Психологический тест с улыбкой**«Какие мы папы»*Фото – лента «Мои друзья» ( оформляются лестничные проёмы) | Сотрудники ДОУ,родители воспитанниковВсе группыСредняя группа Все группыВсе группы |
| Пятница | «Здесь вас любят и ждут!» | Закрытие недели психологии **Психологическая акция:****«Дерево пожеланий и предложений»**Анкетирование: «Удовлетворённость работой ДОУ»(см.приложение )«Мандалотерапия»- жизнь в красках.Стенд «Какие мы воспитатели»Награждения по итогам недели в номинациях:« Лучший уголок настроения»,« Лучший уголок уединения»,«Лучший портрет «Мой ребёнок-солнышко»»,«Лучшая стенгазета « Семья» | Сотрудники, родители воспитанников.Родители воспитанников.Педагоги ДОУ.  |

***Первый день недели прошёл под девизом «Эстафета душевного здоровья».*** В этот день была проведена психологическая **акция «Цветок здоровья»,** целью данного мероприятия было создание положительного эмоционального фона в детском саду. Каждый желающий мог поднять себе настроение, оторвав у цветка тот лепесток с одним из составляющего психологического здоровья позитивным настроем, которого не хватает на данный момент.
Также в этот день было проведено **занятие с элементами тренинга для педагогов** **«Стиль здоровой улыбки»**, основная цель которого - профилактика эмоционального выгорания, порадовали положительные отзывы участников мероприятия, были выпущены буклеты и памятки для педагогов с рекомендациями о том, как сохранять психологическое здоровье. Для воспитанников подготовительных к школе групп было проведено **занятие «Моё душевное здоровье».** На младших и средних группах проведены **минутки релаксации и психогимнастики**. Не остались в стороне и родители воспитанников для них были выпущены **буклеты и памятки по теме: «Создание эмоционального благополучия детей».**

***Второй день стартовал под девизом «Зеркало души».*** Начался он с **акции «Радуга настроения»** - Утром, при входе в детский сад педагогам, детям и родителям предлагалось выразить свое настроение при помощи цветных кляксочек. Характеристику каждого цвета можно прочитать. В каждой группе работали свои уголки настроения для родителей, педагогов и детей.

Такая же процедура повторялась вечером. Затем были подведены итоги дня и оформлены на стенде в виде радуги.

Так же в течение дня на старших группах было проведено **занятие «Наши эмоции»**, на подготовительных к школе группах – **«Я и моё имя»**, на младших группах был проведен **конкурс «Мой ребёнок -солнышко»**, цель которого была в повышении самооценки ребенка, формировании позитивного отношения к нему. Порадовало то, что родители с большой охотой отозвались на предложение поучаствовать в конкурсе.

 ***Третий день недели психологии прошел под девизом* – «Здоровая семья -крепкая семья»**. Ни для кого не секрет, что на эмоциональный комфорт ребенка большое влияние оказывает семья, поэтому и не случайно один из дней недели психологии был посвящен семье. В этот день на старших и подготовительных группах прошли **занятие по теме: «Моя семья**», конкурс рисунков, в котором приняли участие семьи воспитанников. В старших и подготовительных группах были выпущены **стенгазеты « Семья-цветок, а я в ней лепесток».** Эта форма работы получила большой отклик у родителей. Для родителей в папках – передвижках был представлен психологический тест «Какие мы мамы» и «Какие мы папы». В каждой семье есть проблемы, и тайный друг помогает разрешить их через **акцию «Рецепты на каждый день»**, а так же педагоги делятся между собой опытом в вопросах решения конфликтов в группе , т. к. для ребёнка группа в детском саду заменяет семью на целую неделю.

***Четвертый день недели был назван* - «Днём дружбы».** Этот день открыла **акция для педагогического коллектива «Комплименты»**, каждый сотрудник, придя на работу, обнаружил на своём рабочем месте маленький сюрприз с позитивным настроем. Для родителей день начался со сладких мотиваторов, в виде конфетки с позитивным пожеланием. Эта акция способствует психологической разгрузке, повышению общего позитивного эмоционального тонуса, развитию толерантности, доброты и взаимоподдержки. В течении дня, воспитанники соседних групп ходили друг другу в гости и дарили комплименты. **Для старших и подготовительных групп была организована игра «Позитивчик»** - После беседы детям предлагалось сделать конвертики, на лицевой стороне которых ребята рисовали свой автопортрет, воспитатели помогали прикрепить конверты к шкафчикам. В конверты ребята кладут друг другу записки, забавные открыточки, конфетки, игрушки, рисунки. Это делается, когда хочется друг другу что-то сказать, поддержать, обрадовать. Игра увлекла всех: дети заглядывали в свои конверты несколько раз в день.
К игре привлекались родители и воспитатели. Детям необходимо чувствовать внимание, тепло и любовь близких людей: мамы, папы, дедушки и бабушки. А для воспитателя это возможность поддержать и оценить достижения ребенка на занятиях и в группе. На средних группах прошли **тематические занятия «Что такое дружба?», была организована фотовыставка «Мои друзья».**

***Итоговый день недели психологии прошел под девизом*** **«Здесь вас любят и ждут!»**. Этот день был открыт **акцией «Дерево пожеланий и предложений».** Каждый желающий мог оставить на импровизированном дереве свое пожелание или предложение по улучшению работы ДОУ. К концу дня «Дерево» было увешано листвой с высказываниями, мнениями, впечатлениями. О наболевшем писали родители, бабушки и дедушки, воспитатели, завхоз, повара. В этот же день все родители получили возможность заполнить **анкету «Удовлетворенность работой ДОУ». Закрытием недели явилось общение мероприятий и награждением особо отличившихся участников.**

Наш проект – результат творческой деятельности детей, родителей, воспитателей и специалистов детского сада.

Особенностью проекта является единое воспитательно–образовательное пространство, созданное на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями. Это залог успешной работы с детьми.

Актуальность проекта заключается в том, что здоровье – непреходящая ценность, его нужно сохранять и укреплять.

В проекте мы апробировали технологии сохранения и стимулирования здоровья.

**Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый психологический образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.**

**Список литературы.**

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.-М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. А. Г. Шмелев и коллектив. Основы психодиагностики. Учебное пособие для студентов педвузов. – Москва, Ростов-на-Дону: “Феникс, 1996
3. А.А.Романов Игротерапия: как преодолеет агрессивность у детей. М.6 Школьная Пресса, 2003.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: - СПб.:Речь, 2008.
5. О.А. Шорохова Играем в сказку: Сказкотерапия и занятия по развитию связной речи дошкольников. – М.: ТЦ Сфера. 2007.
6. Психологическая энциклопедия. 2-е изд./Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. – СПб.: Питер, 2003.
7. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. – М.: “Издательство ГНОМ и Д”, 2008.
8. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога. М.: “Владос” – 1996.
9. Словарь практического психолога/Сост. Головин С. Ю. – Минск: Харвест, – 1998.
10. Тренинг по сказкотерапии.- СПб.: Речь, 2004.
11. Internet