

ОРГАНИЗАЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО КОМФОРТНОЙ АТМОСФЕРЫ В ГРУППЕ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ ДОО С УЧЕТОМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Р. В. Даниелян, А.С. Мирошниченко, (воспитатели гр. №5)

Н.Л. Левченко-педагог-психолог

Дошкольный возраст является ценным и уникальным в развитии ребенка. Это период эмоционального становления детей, основ их психологического здоровья. В ФГОС ДО обозначены требования к созданию такой

образовательной среды, которая наряду с другими факторами обеспечивает эмоциональное благополучие дошкольников.

Ведущая роль в создании эмоциональной атмосферы в группе принадлежит воспитателю. Важной составляющей, которой является: собственный

эмоциональный настрой воспитателя, эмоциональные особенности

поведения и речи, а также эмоциональная устойчивость. Наряду с эмоциональным фоном окружающих взрослых в детском саду, в соответствии с формулой здоровья, является организация режимных моментов, таких как дневной сон и питание в группе.

Правильно организованный сон значим для гигиены нервной системы ребенка. Во время сна восстанавливается физиологическое равновесие в организме. В детском саду № 202 в ритуал укладывания ребенка в постель входит

звучание фоновой музыки с колыбельными песнями, с записью шума дождя и морского прибоя. Музыка способствует снятию психоэмоционального напряжения и выработке рефлекса на быстрое засыпание. Кроме музыки используются релаксационные игры, помогающие детям успокоиться и заснуть.

Это игры на чередования сильного напряжения и быстрого

расслабления основных мышц тела; игры на чередование ритмичного дыхания и дыхания с задержкой; игры «усыплялки».

После пробуждения детей выполняются несложные приемы самомассажа.

В детском саду №202 процедура укладывания спать разрабатывается вместе с педагогом-психологом, который

подбирает фонограммы и наблюдает за характером сна детей,

обучает воспитателей и детей аутогенной тренировке, приемы

которой можно использовать при укладывании.

Психологический комфорт детей во время их пребывания в образовательном учреждении во многом зависит от того, как в нем организовано питание.

Здесь важно все: качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям растущего организма, разнообразию и сама процедура приема пищи. В детском саду № 202 в качестве средства

профилактики психоэмоционального

напряжения прием пищи организован как большая

релаксационная пауза.

Для этого в столовой звучит спокойная музыка. Воспитатели следуют принцип у непринуждения в еде ребенка, т.к вмешательство в этот механизм

способно вызвать эмоциональные трудности в развитии детей.

В случае бескультурного приема пищи беседа с ребенком проводится индивидуально т. к обсуждение этого интимного процесса со

всей группой детей может вызвать психоэмоциональное напряжение у ребенка.

Организация эмоционально-комфортной атмосферы, как показали результаты исследования в режимных моментах, является важной составляющей