

**Создание условий для  
сохранения психологического  
здоровья дошкольников.**





*Единственная красота , которую я знаю - это здоровье.  
(Генрих Гейне)*

Сегодняшняя тема, бесспорно, является актуальной. Вы, именно те люди, которые окружают ребенка с первых его шагов. Через Вас, взрослых, ребенок постигает мир, от Вас зависит, насколько легко ребенок войдет в сложный мир взрослых.





**Дошкольное детство - является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.**

До семи лет ребёнок проходит огромный путь развития. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим.





# Здоровье

- Это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней ли физических дефектов.





## Психическое

- ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ;
- ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ;
- ПОТРЕБНОСТЬ В ОБЩЕНИИ, ИГРЕ, УЧЕБЕ, РАБОТЕ;
- КУЛЬТУРА ОБЩЕНИЯ;
- ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДОЙ;
- ВАЛЕОЛОГИЯ, МОИ ЧУВСТВА И МЫСЛИ.

## ФИЗИЧЕСКОЕ

- ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ;
- БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ;
- ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ;
- ОТДЫХ;
- РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ;
- ВАЛЕОЛОГИЯ.

# ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА

## СОЦИАЛЬНОЕ

- ОБЩЕНИЕ;
- ЭТИКА ВЗАИМООТНОШЕНИЙ;
- САМООЦЕНКА И ОЦЕНКА ОКРУЖАЮЩИХ;
- ВОСПИТАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ.

## Духовное

- ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРИРОДОЙ И ОБЩЕСТВОМ;
- МОРАЛЬНО-ЭТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ;
- РАЗВИТИЕ ПРИРОДНЫХ ДАННЫХ;
- МИР ИСКУССТВА;
- ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.



# Физическое здоровье

**Спорт**



**Здоровое питание**



**Режим дня**



**Экология**





# Социальное здоровье

- способность общаться с другими без конфликтов, чувствовать себя ответственным за собственное поведение, ощущать красоту жизни.





# Психическое здоровье

- отдельные психические процессы и механизмы. Психическое здоровье зависит от соматических заболеваний, дефектов физического развития, а также от влияния внешней среды.





# Психологическое здоровье

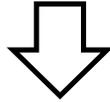
Психологическое здоровье характеризует личность в целом. Психологическое здоровье включает в себя разные компоненты жизнедеятельности:

- ✓ *состояние психического развития ребенка, его душевного комфорта;*
- ✓ *адекватное социальное поведение;*
- ✓ *умение понимать себя и других;*
- ✓ *реализация потенциала развития в разных видах деятельности;*
- ✓ *умение делать выбор и нести за него ответственность;*
- ✓ *духовно-нравственное развитие личности.*

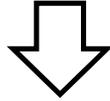




# Основные показатели психологического здоровья



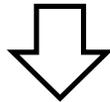
Быстрая адаптация к условиям ДОО



Высокий уровень коммуникативных навыков



Отсутствие нарушений в поведении



Положительная мотивация к социальной деятельности

# Уровни психологического здоровья



**Креативный** – дети с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности.



**Адаптивный** – дети, адаптированные к социуму, однако имеющие повышенную тревожность.



**Дезадаптивный** – дети, чей стиль поведения характеризуется стремлением приспособиться к внешним обстоятельствам в ущерб своим желаниям и возможностям, или наоборот, используя активную наступательную позицию, подчинить окружение своим потребностям.

# Главная задача ДОО

**Создание таких условий, которые гарантируют формирование и сохранение здоровья детей:**

- ❑ Создавать ребенку общий положительный и устойчивый фон психологического состояния;
- ❑ Обеспечивать развитие деятельностной и жизнерадостной личности, обладающей чувством собственного достоинства.





# Формы психологической работы

*Сотрудничество с педагогом-психологом позволяет разрешить возникшие проблемы, в том числе и нарушения психического развития*

- Консультации (психологическое просвещение)
- Своевременная диагностика
- Коррекционно-развивающие занятия
- Тренинги
- Психопрофилактика





## Практика проведения психолого-педагогической диагностики детей дошкольного возраста характеризуется рядом негативных тенденций (Кириянова Р.А.):

1. При диагностике детей педагоги используют технологически не проработанные, не апробированные, имеющие сомнительную научную и практическую ценность методы диагностики.
2. Педагоги затрудняются в подборе дидактического материала, необходимого для обследования детей, формулировке заданий, предлагаемых детям для выполнения.





3. В процесс диагностирования вовлекаются специалисты, не имеющие соответствующей квалификации.

4. Педагоги затрудняются объяснить критерии оценки исследуемого качества.

5. Результаты диагностики не используются педагогами и специалистами в планировании и организации жизнедеятельности дошкольников.





# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 2 до 3 лет

## ● Психические процессы

1. Ребенок должен уметь выполнять простые указания и просьбы, предполагающие два-три действия.
2. Ребенок должен уметь рисовать, строить, составлять простенькие пазлы, кубики с картинками.

## ● Развитие Речи

1. Ребенок должен уметь складывать фразы из 4-5 слов.
2. Ребенок прекрасно понимает, что ему говорят взрослые (бытовые слова и фразы).
3. Ребенок умеет разучивать простенькие стишки и потешки

## ● Окружающий мир

1. Ребенок должен знать части тела и лица.
2. Ребенок должен уметь называть что, плавает, летает и ездит.

## ● Навыки обихода

1. Ребенок должен уметь одеваться и раздеваться.
2. Ребенок должен уметь самостоятельно ходить на горшок.
3. Ребенок должен уметь резать бумагу, держа ножницы одной рукой.
4. Ребенок должен уметь мыть и вытирать руки.

# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 3 до 4 лет



## ◎ Психические процессы

1. Ребенок должен уметь складывать разрезанную картинку из 2-4 частей.
2. Ребенок должен уметь находить и объяснять несоответствия на рисунках.
3. Ребенок должен уметь находить лишний предмет и объяснять почему он сделал такой выбор.
4. Ребенок должен уметь находить сходства и различия между предметами.
5. Ребенок должен уметь запоминать 2-3 картинки.
6. Ребенок должен уметь запоминать 3-4 слова, которые взрослый повторил несколько раз.

## ◎ Окружающий мир

1. Ребенок должен знать названия и уметь показывать домашних (корова, коза, лошадь, кошка, собака и т.д.) и диких (волк, заяц, лиса и т.д.) животных.
2. Ребенок должен знать названия 3-4 птиц (воробей, ласточка, ворона), 3-4 рыб (кит, сом, акула) и 3-4 насекомых (кузнечик, бабочка, пчела).
3. Ребенок должен знать названия основных растений: 3-4 деревьев (береза, дуб, яблоня) и 3-4 цветов (ромашка, тюльпан, роза).
4. Ребенок должен знать, что такое овощи, фрукты, ягоды, грибы.
5. Ребенок должен иметь представление о материалах, из которых изготовлены окружающие предметы.
6. Ребенок должен знать части суток - утро, день, вечер, ночь.

## ◎ Навыки обихода

1. Ребенок должен уметь пользоваться карандашами, фломастерами, ручками и т.д. Уметь рисовать кружочки, точки, линии.



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 4 до 5 лет

## ◎ Психические процессы

1. Ребенок должен уметь находить отличия и сходства между двумя картинками (или между двумя игрушками).
2. Ребенок должен уметь складывать по образцу постройку из конструктора.
3. Ребенок должен уметь складывать разрезанную картинку из 2-4 частей.
4. Ребенок должен уметь не отвлекаясь, в течение 5 минут выполнять задание.
5. Ребенок должен уметь складывать пирамидку (чашечки, вкладывая их друг в друга) без посторонней помощи.
6. Ребенок должен уметь вкладывать в отверстия недостающие фрагменты картинок.
7. Ребенок должен уметь называть обобщающим словом группу предметов (корова, лошадь, коза-домашние животные; зима, лето, весна- времена года). Находить лишний предмет в каждой группе. Находить пару каждому предмету.
8. Ребенок должен уметь отвечать на такие вопросы как: Можно ли летом кататься на санках? Почему? Зачем зимой одевают теплые куртки? Для чего нужны окна и двери в доме? И т.д.
9. Ребенок должен уметь подбирать противоположные слова: стакан полный - стакан пустой, дерево высокое – дерево низкое, идти медленно – идти быстро, пояс узкий – пояс широкий, ребенок голодный - ребенок сытый, чай холодный – чай горячий и т.д.
10. Ребенок должен уметь запоминать пары слов, после прочтения взрослым: стакан-вода, девочка-мальчик, собака-кошка и т.д.
11. Ребенок должен уметь видеть на картинке неправильно изображенные предметы, объяснять, что не так и почему.



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 4 до 5 лет.

## ◎ Развитие Речи

1. Ребенок должен использовать тысячу слов, строить фразы из 6-8 слов. Понимать ребенка должны даже посторонние люди, а не только родители.
2. Ребенок должен понимать, чем отличается строение человека от строения животных, называть их части тела (руки - лапы, ногти - когти, волосы - шерсть).
3. Ребенок должен уметь правильно ставить существительные в форму множественного числа (цветок - цветы, девочка - девочки).
4. Ребенок должен уметь находить предмет по описанию (яблоко - круглое, сладкое, желтое). Уметь самостоятельно составлять описание предмета.
5. Ребенок должен понимать значение предлогов (в, на, под, за, между, перед, около и т. д.).
6. Ребенок должен знать, какие бывают профессии, чем занимаются люди этих профессий.
7. Ребенок должен уметь поддерживать беседу: уметь отвечать на вопросы и правильно их задавать.
8. Ребенок должен уметь пересказывать содержание услышанной сказки, рассказа. Рассказать наизусть несколько стихов, потешек.
9. Ребенок должен называть свое имя, фамилию, сколько ему лет, называть город в котором живет.
10. Ребенок должен уметь отвечать вопросы, касательно недавно произошедших событий: Где ты был сегодня? Кого встретил по дороге? Что мама купила в магазине? Что было на тебе одето?



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 4 до 5 лет

## ◎ Окружающий мир

1. Ребенок должен уметь различать овощи, фрукты и ягоды, знать какими они бывают, когда созревают.
2. Ребенок должен знать названия насекомых, уметь рассказывать о том, как они передвигаются (бабочка летает, улитка ползет, кузнечик прыгает)
3. Ребенок должен знать всех домашних животных и их детенышей.
4. Ребенок должен уметь угадывать по картинкам времена года. Знать приметы каждого из них.

## ◎ Навыки обихода

1. Ребенок уже отлично застегивает пуговицы, молнии и развязывает шнурки, его хорошо слушаются ложка и вилка.
2. Ребенок должен уметь нанизывать крупные пуговицы или бусины на нитку.
3. Ребенок должен уметь точно проводить линии не отрывая карандаш от бумаги.
4. Ребенок должен уметь заштриховывать фигуры ровными прямыми линиями, не выходя за контуры рисунка.
5. Ребенок должен уметь обводить и раскрашивать картинки, не выходя за края.
6. Ребенок должен уметь проводить линии по середине дорожки, не выходя за её края.
7. Ребенок должен различать правую и левую руку.



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 4 до 5 лет

## ◎ Математика

1. Ребенок должен уметь определять расположение предметов: справа, слева, посередине, вверху, внизу, сзади, спереди.
2. Ребенок должен знать основные геометрические фигуры (круг, овал, квадрат, треугольник и прямоугольник)
3. Ребенок должен знать все цифры (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9). Считать предметы в пределах десяти, соотносить количество предметов с нужной цифрой.
4. Ребенок должен уметь расставлять цифры от 1 до 5 в правильной последовательности и в обратном порядке.
5. Ребенок должен уметь сравнивать количество предметов, понимать значение: больше - меньше, поровну. Делать равными неравные группы предметов: добавлять один предмет к группе с меньшим количеством предметов.
6. Ребенок знакомится с графическим образом числа, учится правильно писать цифры.



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 5 до 7 лет

- **Математика**

1. Ребенок должен уметь решать простейшие задачи и головоломки.
2. Ребенок должен уметь вычитать и прибавлять к числу.
3. Ребенок должен уметь определять направление: вперед, назад, направо, налево, вверх, вниз.
4. Ребенок должен уметь считать предметы в пределах 10 на основе действий со множествами.
5. Ребенок должен уметь сравнивать числа: равенства- неравенства, больше - меньше.
6. Ребенок должен понимать и правильно отвечать на вопросы: Сколько? Который? Какой по счету?
7. Ребенок должен знать состав чисел первого десятка.
8. Ребенок должен уметь различать и называть предметы круглой, квадратной, треугольной и прямоугольной формы.
9. Ребенок должен знать такие геометрические фигуры как: квадрат, прямоугольник, круг, треугольник, трапеция, ромб; геометрические тела: куб, шар, цилиндр, пирамида.
10. Ребенок должен знать знаки "+", "-", "=", ">" и "<".
11. Ребенок должен уметь составлять и решать задачи в одно действие на сложение и вычитание.
12. Ребенок должен уметь разделить круг, квадрат на две и четыре равные части.
13. Ребенок должен знать прямой и обратный порядок числового ряда.



# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 5 до 7 лет

- **Психические процессы: развитие мышления, памяти, внимания**
  1. Ребенок должен отвечать на такие вопросы как:
  2. Ребенок должен уметь выполнять задания в которых необходимо выявить закономерность и продолжить ряд из предложенных предметов.
  3. Ребенок должен находить лишний предмет из 4-5 предложенных предметов.
  4. Ребенок должен уметь составлять рассказ по предложенным картинкам, уметь заканчивать рассказ (придумать конец).
  5. Ребенок должен уметь разделять предложенные предметы на две группы и находить для каждой группы общий признак.

# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 5 до 7 лет



- **Развитие Речи**

1. Ребенок должен называть свое имя, фамилию, сколько ему лет, называть город в котором живет, как зовут родителей, сколько им лет, где и кем они работают.
2. Ребенок должен знать домашний адрес, номер домашнего телефона
3. Речь у ребенка должна быть максимально приближена к взрослой речи (по качеству).
4. Ребенок должен знать, что такое интонация, должен пользоваться ею для выражения своих эмоций.
5. Ребенок должен уметь отличать побудительное предложение от повествовательного, восклицательное от вопросительного, должен уметь их использовать.
6. Ребенок должен уметь формулировать и задавать вопросы, строить рассуждения, спорить.
7. Ребенок должен уметь вести диалог и монолог.
8. Ребенок должен знать много наизусть выученных стихотворений, сложных и больших по объему произведений. Рассказывать он должен с выражением.

# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 5 до 7 лет



- **Развитие Речи**

1. Ребенок должен называть свое имя, фамилию, сколько ему лет, называть город в котором живет, как зовут родителей, сколько им лет, где и кем они работают.
2. Ребенок должен знать домашний адрес, номер домашнего телефона
3. Речь у ребенка должна быть максимально приближена к взрослой речи (по качеству).
4. Ребенок должен знать, что такое интонация, должен пользоваться ею для выражения своих эмоций.
5. Ребенок должен уметь отличать побудительное предложение от повествовательного, восклицательное от вопросительного, должен уметь их использовать.
6. Ребенок должен уметь формулировать и задавать вопросы, строить рассуждения, спорить.
7. Ребенок должен уметь вести диалог и монолог.
8. Ребенок должен знать много наизусть выученных стихотворений, сложных и больших по объему произведений. Рассказывать он должен с выражением.

# ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: С 5 до 7 лет



- **Окружающий мир**

1. Ребенок должен знать названия всех окружающих его предметов: мебель, посуда, одежда, бытовые и электроприборы, растений, животных, явлений природы, названия любимых мультфильмов, сказок, книжек, имена любимых героев.

- **Навыки обихода**

1. Ребенок должен уметь звонить по телефону.

2. Ребенок должен знать как вдеть нитку в иголку, как пришить пуговицу

3. Ребенок должен уметь вести себя за столом.

4. Ребенок должен самостоятельно чистить зубы, полоскать рот после приема пищи.

5. Ребенок должен уметь застегивать пуговицы, завязывать шнурки.

6. Ребенок должен знать, что значит быть опрятным, должен уметь следить за прической, за ногтями и состоянием одежды.

7. Ребенок должен знать для чего нужен светофор, для чего нужен каждый цвет светофора, как и где можно переходить дорогу.

8. Ребенок должен знать название текущего месяца, последовательность дней недели.

# Ожидаемый результат:

- развитие психических процессов ;
- расширение представлений об окружающем мире;
- формирование навыков деятельности и поведения;
- развитие коммуникативной сферы;
- гармонизация сенсорной сферы;
- развитие моторной сферы;
- улучшение эмоциональной сферы личности ребенка.



# Учите своих детей



- Учите ваших детей, что быть особенным – не значит быть лучше... это значит быть просто другим...
- Учите ваших детей, что нет ничего, что бы они не смогли сделать в жизни.
- Учите своих детей, что для того, чтобы Быть Счастливыми в жизни не надо иметь ничего дополнительно: ни человека... ни места... ни какой-то вещи... Что Настоящее Счастье находится Внутри них самих. Учите их, что они самодостаточны.
- Учите своих детей, что поражение это только вымысел... что каждая попытка – это успех... и что каждое достижение приводит к победе... и что первая победа не менее почётна, чем последняя.

***Нил Дональд Уолш***



**Спасибо  
за внимание!**

<https://eduregion.ru>