

выполнение правил личной гигиены, обеспечение полноценной физической нагрузки.

- ✚ Лучшим средством для снятия нервного напряжения является физическая нагрузка.
- ✚ Четвертая составляющая эмоционально-развивающей среды - это эмоционально-активизирующая совместная деятельность педагога с детьми.

### **Виды игр и упражнений, направленных на эмоциональное развитие ребенка**

#### **1. Игры с детьми на накопление эмоций.**

Цель: создавать положительный эмоциональный настрой для каждого ребенка в группе детей.

#### **2. Игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми.**

Цель: вызывать у детей радость от общения друг с другом и со взрослыми.

#### **3. Игры на преодоление негативных эмоций.**

Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, избавиться от страхов.

#### **4. Игры на снятие эмоционального напряжения, релаксацию.**

Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, расслабиться.

#### **5. Игры на развитие эмпатии у детей.**

Цель: развивать у детей умения понимать чувства и состояния других людей, развивать способность сопереживать, сочувствовать.

#### **6. Эмоциональные паузы.**

## **Эмоциональное благополучие ребёнка**



*Проблема эмоционального самочувствия детей в образовательном учреждении является одной из самых актуальных, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка*

*МБДОУ №7 «Буровичок»  
Воспитатель: Л.В.Шалыгина*

*Задача педагога – заметить в каждом воспитаннике лучшее, развивать его, не ограничивая это наилучшее рамками школьных программ, поощряя самостоятельную работу и творчество.*

*Необходимо беречь в детях огонек пытливости, любознательности, жажду знаний. Дать детям радость труда, радость успеха в учении, пробудить в их сердцах чувство гордости, собственного достоинства.*

*Оценка педагога должна нести жизнерадостность, оптимизм, вознаграждать трудолюбие, а не быть кнутом, которым учитель/воспитатель погоняет ученика или воспитанника. Но нельзя и допускать, чтобы оценка баловала ребенка.*

### **Причины нарушения эмоционального благополучия ребенка**

1. Нарушение режима дня.
2. Несогласованность требований к ребенку.
3. Желание родителей научить своего ребенка знаниям, которые не соответствуют его возрасту.
4. Изобилие информации.
5. Неблагополучное состояние в семье.

### **Рекомендации для достижения эмоционального благополучия ребенка**

- ✚ Правильно организованная работа педагога.
- ✚ Создание среды, способствующей разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребенка.
- ✚ Эмоциональная речь педагога, внимательное, приветливое отношение к детям.
- ✚ Педагог организует контакт с детьми «на уровне глаз».

- ✚ Ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребенка, укрепляет в нем чувство безопасности и уверенности в себе.
- ✚ Использовать в работе телесные формы общения: нежные прикосновения, поглаживания, объятия, поглаживания.
- ✚ Каждый ребенок испытывает потребность во внимании со стороны педагогов, родителей, не получая достаточно пристального внимания, ребенок испытывает беспокойство.
- ✚ Основным компонентом эмоционально-развивающей среды является так же оформление интерьера группового помещения (благоприятное цветовое оформление, удобная мебель, комфортный температурный режим, пространственное решение группы). Использование в оформлении класса, группы уголка приветствия, уголка достижений детей, уголка гнева:
  - ✚ -«Коврик злости» - резиновый шипованный коврик, на котором дети могут потоптаться;
  - ✚ -«Коробочка гнева и раздражения» - это может быть любая коробочка, куда ребенок может выбросить свою «злость и обиду» (сжав предварительно кулачки, смяв лист бумаги, порвав на кусочки газету);
  - ✚ -«Подушка – колотушка», «Мешочек для крика», «Ковёр дружбы».
- ✚ Следующим компонентом является стабильность окружающей среды, способствующая устойчивому чувству безопасности и эмоциональному комфорту. Это в первую очередь **режим**, определенная продолжительность и чередование различных занятий, сна, отдыха, регулярное и правильное питание,