

Самоанализ тематической недели по психологической безопасности детей в младшей группе № 5

Актуальность:

Современные дошкольники порой загружены не меньше взрослых. Посещая детский сад, различные кружки и спортивные секции, они получают большое количество информации, устают физически и эмоционально. В процессе развития, воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела.

Такие нагрузки отрицательно сказываются на здоровье детей. Поэтому так важно в работе с дошкольниками обеспечить им психологический комфорт и эмоциональное благополучие.

Нервная система ребёнка дошкольного возраста далека от своего совершенства. Детям сложно контролировать процессы возбуждения и торможения нервной системы. Прежде всего, это касается активных деток. Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом.

Почему-то принято считать, что методы релаксации и медитации показаны только взрослым. На самом же деле, это не совсем так. Да, откровенно говоря, сложно объяснить трёхлетнему ребёнку, что такое медитация. Поэтому, релаксация детей дошкольного возраста требует особого взгляда и подхода. Главное – правильно и умело этим пользоваться.

Целевые установки: Развитие навыков конструктивного взаимодействия, создание доверительной атмосферы, сплочение участников, формирование осознания последствий агрессивных способов защиты, воспитание внимательного и доброжелательного отношения к окружающим людям, развитие рефлексивного самосознания.

Образовательный потенциал: Использование упражнений на релаксацию позволило устранить беспокойство, возбуждение, скованность, застенчивость. Использование игровых упражнений «Зайки на полянке», «Котятка-путешественники», «Волшебные цветочки» в нашей группе помогли детям научиться чередовать напряжение и расслабление. Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств, дети не могут обозначить чувство. Поэтому использование эмоциональных этюдов помогли детям определить чувства. Ребята научились называть свои чувства и чувства других людей. Дети познакомились с различными эмоциями, учатся управлять ими, овладевают азбукой выражения эмоций. Так же дети научились определять настроение (свое и других детей).

Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Интересным и результативным было совместное с родителями изготовление «ромашки добрых пожеланий и ласковых слов». Ребята называли самые нежные слова,

научились понимать их смысл. Особую радость вызвали у детей добрые пожелания от их родителей (на лепестках ромашки).

Проведенные игры на сплочение детского коллектива нацеленные на развитие умения работать в команде, снижение психологической напряженности в группе. Использование мимики и жестов в общении помогли детям научиться определять эмоциональное состояние собеседника. У детей возникло желание общаться со сверстниками. Некоторые дети (Варя, Марфа, Алена Х.) начали договариваться с другими детьми о совместной игре, это способствует формированию умения подчинять свои желания общим интересам. У детей развиваются навыки эффективного общения.

Ребята не стеснялись проявлять свои свое отношение к другим детям, научились использовать в речи ласковые слова, называть друг друга ласковыми именами.

План реализации:

День недели	Содержание работы с детьми	Формы работы с родителями
Понедельник «День душевного тепла»	1. «Приветствие с колокольчиком» <u>Цель:</u> приветствие, настрой детей на доброжелательный лад. 2. «Встаньте те, у кого...» <u>Цель:</u> разогрев группы, снижение напряженности, активизация внимания, наблюдательности и мыслительных процессов. 3. Упражнение «Зайки на полянке» 4. «Ах, какой душистый, вкусный мед!» (Эмоция удовольствия.) 5. Придумывание детьми ласковых слов для родителей (на серединке ромашки)	1. Сообщение родителям о плановой тематической неделе по психологической безопасности детей
Вторник «День здоровых эмоций»	1. Упражнение «Ха – ха – ха! Хе – хе – хе!» <u>Цель:</u> создание положительных эмоций, снятие напряжения. 2. Упражнение «Котят-путешественники» 3. «Такси» с обручами <u>Цель:</u> активизация группы, деление группы на подгруппы, закрепление количества. 4. Этюд «Гроза» (выражение страха) 5. Этюд «Уходи, злость, уходи!» 6. Акция «Волшебные бусы настроения»	1. Задание родителям – придумать и написать на лепестках ромашки добрые пожелания и ласковые слова для наших детей
Среда «День дружбы и примирения» - «Если рядом друг»	1. Этюд «Новая кукла» (эмоция радости) 2. Групповой массаж (для детей с 5 лет) <u>Цель:</u> усиление групповой сплоченности через телесный контакт, развитие тактильной чувствительности. 3. Игра «Радостная песенка» <u>Цель:</u> положительный настрой,	1. Задание родителям: рассказать детям о том, как можно помириться с другом.

	<p>развитие чувства единства</p> <p>4. Упражнение «Волшебные цветочки»</p> <p>5. Беседа «Мой друг»</p>	
<p>Четверг</p> <p>«День доброты и внимания»</p>	<p>1. Этюд «Штанга» (расслабление мышц)</p> <p>2. Где мы были, мы не скажем! <u>Цель:</u> развитие групповой сплоченности, находчивости, выразительности движений.</p> <p>3. Невербальное приветствие <u>Цель:</u> разогрев группы, преодоления барьеров в общении, снижение эмоционального напряжения.</p> <p>4. «Броуновское движение» <u>Цель:</u> способствовать сплоченности коллектива; учить работать в группе, общаться со сверстниками, принимать совместно решения.</p>	<p>1. Изготовление «Ромашки доброты и нежных слов» (совместно с родителями)</p>
<p>Пятница</p> <p>«День понимания и единства»</p>	<p>1. «Пресс-конференция» <u>Цель:</u> развивать навыки эффективного общения;</p> <p>2. Этюд «Качели» (расслабление) «Собери эмоцию»</p> <p>1. Цель: учить определять по отдельным мимическим фрагментам выраженную эмоцию; развивать умение осознавать эмоцию; развивать цветоощущения.</p> <p>2. Тестирование «Составь из цветных вагончиков поезд» Цель: выявить уровень тревожности ребенка по выбору цвета</p>	<p>1.Памятка для родителей «Правила общения в семье»</p>

Результативность: Используемые игры, упражнения, этюды помогают создать психологически - комфортные условия для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития. Дети могут договариваться, учитывать интересы и чувства других детей, сопереживать неудачам и радоваться успехам, проявлять свои чувства, строить конструктивные взаимоотношения в группе.

Считаю, что игры на сплочение детского коллектива помогают детям осознавать свои положительные качества; повышают самооценку ребенка, формируют чувство уверенности.