

Уважаемые родители, в нашем детском саду проходит неделя психологии «Жизнь без вредных привычек» приглашаем вас принять участие!

В детский сад всегда поступает большое количество детей, имеющих нарушения в эмоциональной и поведенческой сферах, которые влияют на психическое состояние и развитие личности ребёнка, его самосознания. Такие дети всегда входят в группу риска по зависимостям. Недостаточное внимание родителей к чувствам и эмоциям детей создаёт состояние напряжённости, из которого взрослые не знают выхода. Родители часто сами оказываются заложниками своих зависимостей, не справляясь со стрессами современной жизни. Нарушенные детско-родительские отношения и недостаток личностного общения в семье, непонимание ребёнка родителями — всё это провоцирует детей на самозащиту, которая проявляется в психопатологическом поведении или пассивности — уходе в зависимости, пагубные привычки.

Категория участников: в реализации мероприятия участвуют дети старших групп, родители, педагоги, сотрудники и гости детского сада.

Цель — акцентирование внимание взрослых и детей на сохранение, профилактике и коррекции собственного психологического и физического здоровья, полноценной жизни без зависимостей.

Задачи:

- создание положительного микроклимата
- повышение психологической компетентности педагогов и родителей в области профилактики зависимостей
- гармонизация детско-взрослых отношений (дети, родители, педагоги)
- снятие психоэмоционального напряжения
- формирование основ психологической само поддержки, принятие помощи и её оказание другим детям и взрослым в различных ситуациях
- обучение способам сохранения здоровья

- формирование навыков поведения и межличностного общения, которые развивают умение жить вместе с другими и менять окружающую среду в соответствии с возможностями возраста
- стимулирование познавательной, двигательной активности в процессе поиска знаний, средств, приёмов укрепления здоровья в образовательном пространстве детского сада

Каждый день имеет свою тему, девиз, задачи и средства реализации связанные с основной идеей. В течение недели проводятся разнообразные мероприятия для всех категорий (детей, родителей, педагогов), что расширяет содержание работы и увеличивает эффективность средств воздействия и взаимодействия.

Итог проводится через оформление «Книги здоровья» и путём обмена мнениями.

Первый день. Тема: «Жить здорово!»

Девиз дня: «Все здоровые люди любят жизнь».

Г.Гейне.

Задачи:

- создание положительного микроклимата в детском саду
- повышение компетентности родителей в вопросах профилактики зависимостей у детей дошкольного возраста
- создание условий направленных на формирование здорового образа жизни детей и взрослых.

План мероприятий

Содержание	Время проведения	Ответственные	Участники
Акция «День объятий и хороших слов.» Обмен смайликами «здоровья и радости. (см. примечание №1)	В течение дня	Педагоги	Дети Родители Воспитатели
Размещение информационного		Педагог-психолог	

<p>материала по теме профилактики зависимостей в уголках для родителей: статей, агитплакатов...</p>			
<p>«Тропа здоровья»: прохождение детьми полосы препятствий, что направленно на осознание здоровья как особой ценности человека и необходимости его сохранения. (придумать интересные препятствие с различными атрибутами, например: «Не потеряй подушку, Живая шляпа» и т.д.</p>		<p>Педагоги</p>	<p>Дети Воспитатели</p>
<p>Индивидуальное консультирование по вопросам профилактики зависимостей детей (по запросам).</p>			
<p>Подведение итогов, свободный обмен мнениями.</p>		<p>Педагоги</p>	

Второй день. Тема: «Мир здоровья»

Девиз дня: *«Я ценю здоровье как усилие воли, а не как наследство или дар».*

Эмиль Мишель Чоран.

Задачи:

- расширение представлений о нормах и правилах, позволяющих сохранить здоровье
- обучение на практике выбирать, применять формы и методы сохранения своего здоровья и здоровья окружающих

- стабилизация психических процессов, снятие эмоционального и телесного напряжения, акцентирования внимания на получение удовольствия от заботы о собственном здоровье
- развитие умения общаться, отстаивать свою точку зрения, слышать и понимать другого человека.

План мероприятий.			
Содержание	Время проведения	Ответственные	Участники
Коллективная акция «Пожелай здоровья»	В течение дня	Педагоги групп Педагог-психолог	
Подготовка фоторепортажа «Здоровье в картинках, фразах и стихах»	В течение недели	Педагоги	Дети
Тропа здоровья (продолжение)		Педагоги	Родители Воспитатели
Консультация для педагогов –«Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста» (вывешивается в группах).		Педагог-психолог	
Подведение итогов: свободный обмен мнениями.		Педагоги	Дети Родители Воспитатели

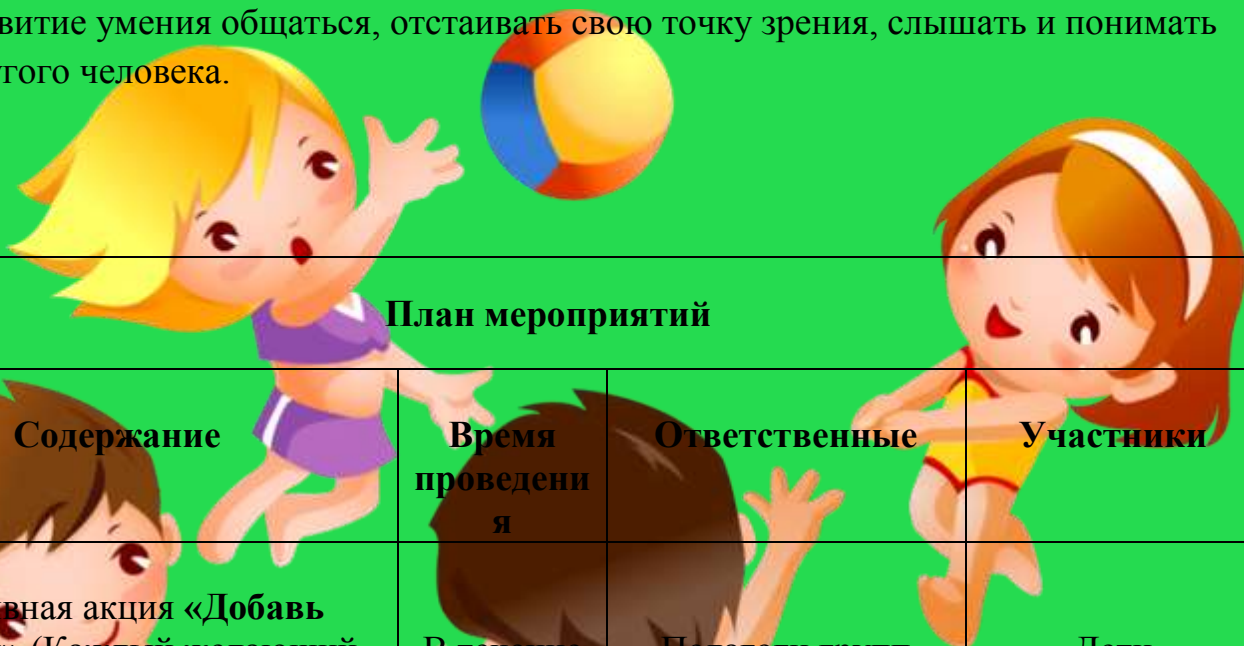
Третий день. Тема : «Я выбираю здоровье»

Девиз дня: «Здоровье есть высочайшее богатство человека».

Гиппократ.

Задачи:

- расширение представлений детей о нормах и правилах, позволяющих сохранить здоровье
- обучение на практике выбирать формы и методы сохранения своего здоровья и здоровья окружающих
- стабилизация психических процессов, снятие эмоционального и телесного напряжения
- развитие умения общаться, отстаивать свою точку зрения, слышать и понимать другого человека.



План мероприятий

Содержание	Время проведения	Ответственные	Участники
Коллективная акция «Добавь здоровья» (Каждый желающий может написать в газете своё пожелание здоровья и указать метод укрепления здоровья)(газета с карманом (почта))	В течение недели	Педагоги групп Педагог-психолог	Дети Родители Воспитатели
Профилактика заболеваний «Дерево здоровья»	В течение недели	Педагог-психолог Педагоги	
Консультация «Здоровый выходной»: предлагаются варианты проведения в семье дня здоровья (информация вывешивается в родительских уголках)	Вечерние часы	Педагоги	Родители Дети Воспитатели
Подведение итогов:			

свободный обмен мнениями. Совместное чтение книги здоровья??.		Педагоги	Воспитатели
---	--	----------	-------------

Четвёртый день. Тема. «Мама и папа! У меня на вас сегодня планы!»

Девиз дня: «Но самая суть чисто человеческого здоровья — это когда его неудержимо тянет сказать что-то хорошее другому человеку, как это даже закон: раз мне — то должно быть и всем хорошо!» М.М. Пришвин.

Задачи:

- обновление чувств детей и взрослых
- стимулирование желания и развитие умения делиться своими чувствами с другими взрослыми и детьми, сопереживать, общаться и обсуждать «жизненные темы», обозначить друг другу свои трудности, советоваться
- повышение самооценки своей и других детей и взрослых
- обучение приёмам и способам проявления любви и позитивных эмоций, психологической поддержки
- мотивирование родителей к совместному проведению досуга, поиску интересных дел для творчества, распределению домашних дел между всеми членами семьи
- стимулирование желания получать удовольствие от общения в семье.

План мероприятий			
Содержание	Время проведения	Ответственные	Участники
Акция «День объятий и хороших слов.» Обмен смайликами «здоровья и радости» (продолжение)	В течение дня	Педагоги групп	Дети Воспитатели
Консультация для родителей (информация вывешивается на стендах и сайте ДООУ): -«Полезные и вредные	В течение дня	Педагог-психолог	Родители Воспитатели

привычки » - «Организация досуга ребёнка» Примечание. Рекомендации могут быть даны в разных формах (буклеты)			
Изготовление словаря добрых слов.	В течение недели	Педагог-психолог	Дети Родители Воспитатели
Подготовка рисунков « Папа, мама у меня на вас сегодня планы» (задание можно дать детям с начало не дели)	В течение недели	Педагоги	Дети Родители Воспитатели
Подведение итогов, рефлексия: свободный обмен мнениями.			воспитатели.

Пятый день. Тема: «Мы вместе!»

Девиз дня: *«Величайшее в жизни счастье — уверенность в том, что нас любят за то, что мы такие, какие мы есть, или не смотря на то, что мы такие, какие есть».*

В.Гюго.

Задача: сплочение сил родителей и педагогов с целью наиболее эффективной профилактики зависимостей у детей дошкольного возраста.

План мероприятий

Содержание	Время проведения	Ответственные	Участники
Индивидуальное консультирование по вопросам профилактики зависимости детей, (по запросам).	По договорённости	Педагог-психолог	Родители Воспитатели
Семинар-практикум «Профилактика зависимостей	14.30	Педагог-психолог	Воспитатели

у детей дошкольного возраста» (см. примечание)			
Подведение итогов: - фоторепортаж «Здоровье в картинках, стихах и фразах» -Выставка рисунков « Папа, мама у меня на вас сегодня планы. -оформление «Дерева здоровья»	В течение дня	Педагог-психолог Педагоги	Дети, родители воспитатели
Подведение итогов недели -«Круглый стол» .		Педагог-психолог	воспитатели

Итоговый девиз тематической недели:

«Счастье как здоровье: когда оно налицо, его не замечаешь». (Михаил Булгаков)

Жизнь без зависимостей, без вредных привычек – это настоящая жизнь, это свобода души и тела!

Митрополит Антоний Сурожский очень точно сказал, что "...понятие свободы неотъемлемо от любви. Свобода предполагает такую любовь и такое уважение к ближнему, что он может быть полностью собой, а не тем, чем мы хотим его видеть!.. Мы должны научиться любить так, чтобы, отдавая собственную жизнь на благо ближнего, оставлять этому ближнему свободу до конца быть самим собой". И если мы – взрослые – педагоги, родители, родные и все, кто считает этот вопрос очень важным для себя, для общества, для мира, кто любит своих детей, объединим свои силы, то мы вместе сделаем свою жизнь и жизнь наших детей счастливой, свободной от зависимостей и открытой для настоящей, удивительной и прекрасной жизни!

Для подведения итогов Недели мы организовали **круглый стол**, обсудили удачные мероприятия. Я рада была встречи с людьми, которые раскрываются друг другу, делятся главным, учатся важному, благодаря чему их общение лечит, развивает и питает положительными эмоциями, опытом и новыми идеями, и с удовольствием делюсь этой радостью с вами!

Примечание 1: Акция объявляется накануне, каждый ребёнок вместе с родителями или в группе с воспитателями изготавливает смайлик. Акция эмоционально

поддерживается воздушными шарами с нарисованными на них смайликами. Настрой детей зависит от настроения взрослых, воспитатели эмоционально стимулируют детей на действия — объятия (с разрешения другого человека — очень важно спросить: «Можно ли тебя/ Вас обнять?»), пожелания здоровья, дарение смайлика другому — получение от этого удовольствия.

Примечание: Визитная карточка семинара: «Пора чудес прошла, и нам отыскивать приходится причины всему, что совершается на свете. (У.Шекспир). «Визитная карточка вывешивается на стенде в кабинете педагога-психолога, имеет психологическое значение — в процессе семинара вместе с педагогами определяются причины возникновения разного рода зависимостей у детей и взрослых, проектируются методы профилактики.

На общем стенде вывешивается девиз (это имеет психологическое значение — неделя закончилась, а всё продолжается в жизненном пространстве каждой семьи) и информация (для дальнейшего осмысления родителями и педагогами темы профилактики зависимостей в дошкольном детстве), которые подводят своего рода **итог:** «Жизнь без зависимостей, без вредных привычек — это настоящая жизнь, это свобода души и тела! И если мы, взрослые — педагоги, родители, родные и все, кто считает этот вопрос важным для себя, для общества, для мира, - объединим свои силы, то мы вместе сделаем свою жизнь и жизнь наших детей счастливой, свободной от зависимостей и открытой для настоящей счастливой жизни».

Список литературы:

Практические семинары и тренинги для педагогов. Волгоград 2009г, Шитова Е.В.

Справочник педагога-психолога ДОУ 2013 №3, 2012 №1,

Психогимнастика в тренинге. Санкт-Петербург 2002г, Н.Ю Хрящева.

Педагогика взаимопонимания. Занятия с родителями. Волгоград 2010г,

О.В.Москалюк, Л.В Погонцева.