

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
Тогучинского района «Тогучинский детский сад №1»

**Методическая разработка родительского собрания-практикума
«Формирование и сохранение психологического здоровья дошкольников»**

Составила: педагог-психолог

Власова Ирина Александровна

Тогучин

Пояснительная записка

Нервно-психическое здоровье ребенка – это один из критериев здоровья в целом. На современном этапе развития общества жизненный уровень населения понизился, ускорился темп жизни. В связи с этим повысилась агрессивность людей, их занятость, и от этого страдают дети. Из-за постоянной загруженности родителей, дефицита внимания базовые потребности ребенка в любви, ласке не удовлетворяются. В результате этого нарастает напряженность, агрессивность, озлобленность у детей, что говорит об отсутствии психологической безопасности в семье. Поэтому данная тема **актуальна**. Дошкольный возраст невропатологи называют колыбелью неврозов, периодом упрямства. Потому, что ребенок бурно протестует против многочисленных запретов, которые ставят взрослые на пути его познавательной и двигательной активности.

А если это сопровождается окриком, угрозой или телесным наказанием запрет приобретает характер психотравмы. Возникает конфликт между ребенком и родителями. Отсюда возникает потребность в просвещении родителей о формировании и сохранении психологического здоровья дошкольников. Прежде всего родители должны знать границы психоэмоциональных возможностей своего малыша и не допускать действия тех причин, которые могут вызвать срыв нервной системы.

Цель собрания: познакомить родителей с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья детей в домашних условиях и условиях детского сада.

Задачи:

1. Организовать совместное мероприятие для повышения знаний родителей по вопросам здоровьесбережения и формирования у них ответственного отношения к здоровью детей и собственному здоровью.

2. Способствовать стремлению и желанию каждой семьи восстанавливать и поддерживать здоровье с помощью здоровьесберегающих технологий.

Участники: родители ДООУ

Оборудование: мультимедиа, листы, ручки, карандаши, бланки «обратной связи»

Ход встречи

2 слайд

"Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд родителей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы"
В.А.Сухомлинский.

Психолог. Здравствуйте! Я начинаю нашу встречу этим обычным приветствием. Однако в нем, в обычном для каждого слове « здравствуйте» заложен глубокий, мудрый, позитивный смысл: быть благополучным, счастливым, а главное здоровым.

3 слайд

Упражнение «Мой ребенок будет здоров, если...» Родители по очереди передают мяч и продолжают данную фразу

Психолог. Да! Действительно! Здоровье необходимо всем и всегда. От него зависит наше настроение, успехи, достижения, победы.

Сегодня мы с вами поговорим о здоровье наших детей и тема нашей встречи «Психологическое здоровье детей».

Именно в нем, в психологическом здоровье заложен глубокий смысл успешной жизни вашего ребенка на всех ее этапах. Первостепенное значение в воспитании и развитии детей в детском саду имеют: забота о физическом и психическом здоровье и эмоциональном благополучии ребенка. Основным условием сохранения психического здоровья, является спокойная и доброжелательная обстановка в группе, создаваемая благодаря постоянному присутствию воспитателей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям каждого ребенка, беседуют и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение. Именно в нем, в психологическом здоровье заложен глубокий смысл успешной жизни вашего ребенка на всех ее этапах. Психическое здоровье не означает свободу от тревоги, страха, вины, подавленности, агрессии и других отрицательных эмоций. Психическое здоровье - это способность их преодолевать.

4 слайд

Сам термин « Психологическое здоровье» неоднозначен. Он связывает две науки, две области практики медицинскую и психологическую.

5 слайд

Давайте мы с вами, сейчас определим те качества, которые присущи психически здоровому ребенку. Он какой? (родителям предлагается назвать эти качества. На партах лежат подсказки, предложенные психологом: дружелюбный, находчивый, веселый, смысленный, активный, самостоятельный, доброжелательный, уверенный, добрый, открытый, честный, любознательный, решительный, участливый, сопереживающий). Затем вместе с родителями психолог составляет портрет *идеального* ребёнка, психологически здорового. На магнитно-маркерной доске записывает предлагаемые родителями качества, которыми обладает *идеальный* ребёнок. Например:

- Умный
- Весёлый
- Счастливый
- Жизнерадостный
- Послушный
- Здоровый

- Уравновешенный
- Любопытный
- Общительный
- Подвижный
- Открытый
- Добрый
- и др.

Будем считать, что *идеальный* ребёнок, психологически здоровый обладает всеми этими качествами на 100%.

После перечисления записанных качеств, психолог предлагает родителям начертить числовой отрезок и отметить на нём 10 делений от 0 до 10.

6 слайд

Психически здоровый – это прежде всего жизнерадостный, веселый, смелый и общительный ребенок. И каждому из нас хочется, чтобы в будущем он вырос самостоятельным, активным, успешным, уверенным в себе человеком.

А основы этих качеств формируются в раннем детстве. И мы, родители обязаны знать о том, как помочь своему малышу справиться с возникающими психологическими трудностями

7 слайд

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Предлагаем родителям представить, что деление с цифрой 10 соответствует *идеальному* ребёнку, психологически здоровому, обладающему всеми выше перечисленными качествами на 100%, а цифра 0 – психологически не здоровому, не обладающему всеми перечисленными качествами.

Затем родители отмечают где, по их мнению, на числовой прямой по состоянию психологического здоровья находится их ребёнок. Психолог предупреждает родителей, что они делают записи для себя и не будут их разглашать.

8 слайд

Идеальных детей, конечно, не бывает, в большинстве своем дети имеют те или иные отклонения от этого эталона, и это нормально. Чтобы избежать нарушения психологического здоровья ребёнка родители должны знать границы психоэмоциональных возможностей своих детей и не допускать действия тех причин, которые могут вызвать срыв нервной деятельности ребенка.

9 слайд

Причины могут быть разные, например, неумение ребёнка выразить чувство или справиться с длительными периодами негативного эмоционального состояния, чрезмерные запреты и контроль со стороны родителей, травмы, тяжелая болезнь, утрата близкого человека, жестокость или безразличие к ребёнку в семье и др.

10 слайд

В результате происходят нарушения в компонентах психологического здоровья:

- психическое здоровье (познавательные, эмоционально-волевые процессы);
- социальное здоровье (коммуникация, саморегуляция поведения);
- физическое здоровье (соматические заболевания).

При этом может наблюдаться:

- выраженное повышение тревожности
- защитная агрессивность
- истеричность
- повышенная двигательная активность
- склонность к нарушениям дисциплины
- наличие выраженных страхов
- замкнутость
- повышенная утомляемость
- снижение работоспособности.

Информация. В большинстве своем родители не хотят думать о трудностях, которые еще могут возникнуть. «Толи возникнут, то ли нет»- думают многие. И за счет своей занятости или не внимания могут проглядеть, возможно, незначительные психические недостатки, которые в последствии могут привести к большим проблемам.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% среди поступающих в школу. По наблюдениям педагогов начальной школы дети оказываются все более подготовлены интеллектуально, и менее эмоционально устойчивы и спокойны.

Болезненная ранимость, плаксивость, обидчивость, конфликтность и агрессия, низкий уровень самостоятельности и одновременно с тем высокая тревожность – это только часть проблем, с которыми приходится сталкиваться педагогам.

11 слайд

Во – первых это проблема в семье. Ее можно назвать дисгармония семейных отношений. Не полные семьи, плохие бытовые условия, конфликтные ситуации между родителями, невнимание к ребенку. Все это провоцирует психофизическое напряжение, повышенную тревожность, различные детские страхи.

12 слайд

Во- вторых это издержки воспитания. Здесь уместно выделить два противоположных фактора (и это безусловно факторы риска)

13 слайд

1. « Ребенок – кумир семьи»

Все разрешено, твои интересы – главные, ты – лучший.

Что происходит впоследствии:

Ребенка не интересуют желания и интересы других людей. Он видит мир только с позиции собственных интересов. Не умеет общаться со сверстниками, понимать требования взрослых. Именно такие, причем нередко хорошо интеллектуально развитые дети не могут адаптироваться в школьной среде, а в дальнейшем с трудом справляются с реальностью жизни.

14 слайд

2. « Как все»

У родителей нет общей жизни с детьми, нет настроения или времени ими всерьез заниматься. Подобное положение отвечает нынешней реальности. Мама и папа целый день на работе. Вместе только вечером или в выходные дни. Но и у родителей свои дела. А дети привыкли сами использовать свободное время так, чтобы не навлекать на себя лишний раз недовольство старших.

Подобные отношения приводят к неуверенности в своих силах, низкой самооценке, подавленности или агрессии и др. неблагоприятным проявлениям.

15 слайд

Педагог – психолог предлагает поиграть в игру « Узнай своего малыша» (Предварительно детям задавался вопрос. Чем ты любишь заниматься с родителями в свободное время? Ответы записывались на отдельный бланк. Педагог читает ответы, а родители узнают ответ своего малыша.)

16 слайд

Мой призыв на сегодняшнем собрании к вам: играйте вместе с детьми – это замечательно оздоравливает взаимоотношения! Играя и смеясь вместе, мы можем построить и оздоровить наши взаимоотношения. В игре лучше всего создаётся безопасная обстановка для общения людей, независимо от их характера и возраста. Шутки и веселье рождает сердечность, совместная игра может совершенно неожиданно перейти в наполненную ощущением праздника жизнь.

17 слайд

Рекомендации по совместной деятельности родителей с детьми от 3 до 7 лет:

- сыграйте для ребёнка какую-нибудь роль из его любимого произведения, пригласите ребёнка присоединиться, но не настаивайте на его участии;
- спойте вместе детскую песенку;
- проговорите детские считалочки;
- имитируйте вместе танцы животных (кенгуру, лягушки и других);
- постройте вместе домик из песка или конструктора;
- почитайте вместе книжки;
- послушайте вместе аудиозаписи детских произведений;

поиграйте в подвижную игру. Как сохранить психическое здоровье дошкольника

18 слайд

Развивается ребенок только через общение со значимыми взрослыми.

Основные источники получения первой жизненной «мудрости» - это общение с родителями:

- чтение детской литературы,
- развивающие игры и прогулки,
- творческая деятельность,
- наблюдение за поведением взрослых,
- а сегодня еще и мультфильмы.

19 слайд

Исследования показывают, что чрезмерное увлечение детей компьютерными играми и просмотром м/ф приводят к серьезным негативным последствиям:

- недоразвитию корковых отделов мозга,
- нарушениям общения,
- зависимости от экранной информации,
- гиперактивности,
- агрессивности,
- недоразвитию речи, мелкой моторики.

Телевизор и компьютер прочно вошли в нашу жизнь. Во многих семьях телевизор включен целый день. Зачем? Просто так. Для фона «чтобы не было скучно». А рядом играют дети и то – же просто так смотрят все подряд. Однако «что» и в каких количествах льется на ваших детей из современного «голубого экрана», никому объяснять не надо.

20 слайд

Сюжеты же большинства современных зарубежных мультфильмов так далеки от жизни детей дошкольного возраста и окружающих взрослых, что их невозможно отобразить в игре.

А ребенок развивается только в игре.

Современные мультигерои несут в себе отрицательные черты характера и поведения (агрессия, жестокость, отсутствие жалости и сострадания) и дети копируют их.

21 слайд

Чтобы снизить вероятность негативного влияния мультипликационной продукции на психическое здоровье ребенка необходимо соблюдать несколько простых правил:

- Выбирайте для просмотра проверенные, добрые, содержательные и поучительные мультфильмы.
- Когда ребенок смотрит мультфильм, качественные характеристики которого вам не известны – присоединитесь к нему, комментируйте, реагируйте и обсуждайте.
- Следите за тем, чтобы ребенок не проводил перед телевизором слишком много времени, в вашем возрасте не более 30 минут.

- Чтение ребенку перед сном еще никто не отменял. Психологи советуют читать на ночь вплоть до подросткового возраста, даже если ребенок уже умеет читать.

22 слайд

Несколько слов о планшетах и компьютерах

При хорошем контроле и грамотном развитии компьютерная индустрия - это одно из направлений приобретения ребенком знаний и навыков.

Сам по себе компьютер или планшет ничего не значат, важно то, как его ребенок использует.

надо посмотреть, что он с ним делает, и включиться в совместный процесс.

Ограничение по времени, приобретать развивающие игры, сертифицированные. Здесь идет речь о режиме и дисциплине.

23 слайд

Компьютерная игра конкурирует с культурным запасом и навыками родителя, и родитель проигрывает.

Ну так не проигрывайте! Развивайтесь. Не компьютер виноват.

Компьютер не обладает эмоциями, он вызывает эмоции у ребенка.

Но вы тоже можете вызывать эмоции у ребенка.

Благодаря расположенным к нему людям, ребенок может и хочет воспринимать то, что ему говорят.

Но если общение сводится к крику или приказам, ребенок закрывается от всего, что ему транслируют.

Заинтересуйте ребенка, предложите ему вместо компьютера что-то другое.

24 слайд

Пара слов об игрушках

- Выбирая игрушку ребенку, важно учитывать не только привлекательный внешний вид и санитарно-гигиенические свойства, но и возможный психологический эффект, ее значение для развития ребенка.

- Речь идет о тех образах, которые создаются в современном обществе и оказывают негативное влияние на формирование здоровой личности ребенка.

- Наличие на рынке игрушек техногенных образов (игрушки-трансформеры, монстры и т.д.), с непропорциональными формами тела – приводят к разрушению целостности психики ребенка, очень чувствительной в отличие от психики взрослого человека, к дисгармоничности.

- Как правило, дети просят родителей купить именно те игрушки, которые повторяют героев мультиков, которые дети видят по ТВ, или играют в компьютерных играх.

- Вредными считают психологи и те игрушки, которые окрашены в черный и ярко-красный цвета.

25 слайд

Возраст 4 - 5 лет идеален для самых разнообразных конструкторов и мозаик. Они прекрасно развивают логическое мышление и фантазию ребёнка.

У детей этого возраста появляется сюжетная игра.

Для девочек это, прежде всего, игры с обычными меховыми зверюшками и куклами, игры, способствующие формированию навыков: «дочки-матери», «школа», «больница», и т.д.

Для мальчиков - машинки и конструкторы, когда они что-то строят совместно.

26 слайд

Принципиальным является то, что ребёнок обычно идентифицирует себя с той игрушкой, в которую играет.

Постепенно ребёнок формирует у себя те качества, которые присущи его игрушке.

Он начинает смотреть на мир её глазами, проявляя в поведении раздражительность, агрессивность, несдержанность, если это присуще персонажу.

На самом деле, ребёнку требуется не так много игрушек, как может показаться. Малыш может быть счастлив и с самым минимальным количеством игрушек, если они подобраны правильно, соответствуют его возрасту и интересам.

Помните, что ребёнок - существо социальное и многому обучается по подражанию.

Детям нужно показывать, как можно играть с той или иной игрушкой, не лениться играть вместе с ним, тогда игрушка может стать и развлечением, и учителем, и настоящим другом для ребенка.

27 слайд

В воспитании ребёнка огромную роль играет психологический микроклимат в семье, общение с ребёнком. В общении с ребёнком у родителей часто возникают проблемы.

Информация. Каждый человек проходит свой путь развития.

Выделим, например, следующие этапы развития:

0-3 года;

3-5 лет;

6- 10 лет;

11-14 лет;

15-17 лет.

Таким образом на разных этапах формирования личности влияют близкие люди (члены семьи) и социум (учителя, друзья)

И насколько удовлетворены наши потребности в общении и признании на каждом возрастном этапе, зависит психоэмоциональное благополучие, психологическое здоровье.

28 слайд

Рассмотрим факторы, влияющие на психоэмоциональное благополучие ребёнка в семье. Родителям предлагается оценить по шкале, сколько раз они сформировали у ребенка положительные эмоции, сколько раз отрицательные

Взаимоотношения с ребёнком в семье.

Шкала общения родителей с ребёнком:

Положительные эмоции отрицательные эмоции

-хвалили	-упрекали
-поощряли	-подавляли
-одобряли	-унижали
-целовали	-обвиняли
-обнимали	-осуждали
-ласкали	-отвергали
-сопереживали	-позорили
-улыбались	-читали нотации
-восхищались	-лишали чего-то
-делали подарки	-ставили в угол

29 слайд

Что может сделать родитель?

Существует 2 формы сообщения с ребёнком « Я- сообщение»,
«Ты - сообщение»

30 слайд

Например «Ты сообщение»

Родитель устал ► Ты меня утомил ► Реакция ребёнка «Я- плохой»

«Я сообщение»

Родитель устал —► Я очень устал ► Реакция ребёнка «Папа устал»

Цель «я - высказывания» не заставить кого-то что-то сделать, а сообщить своё мнение, чувство, потребность. В такой форме ребёнок услышит и поймёт гораздо быстрее. «Ты высказывание» часто становится родительским

31 слайд

Упражнение «Переделайте Ты-сообщение»

- Ты постоянно не можешь завязать шнурки.

Правильное сообщение:

(Я так устаю каждый раз завязывать тебе шнурки, как бы мне хотелось, чтобы ты сделал это самостоятельно.)

32 слайд

- С тобой бесполезно что-то обсуждать, ты никогда не слушаешь.

Правильное сообщение:

(Когда я хочу поделиться с тобой чем-то важным, мне хотелось, чтобы ты был внимательным.)

- Ты — жадина, ты не поделился конфетой с сестрой.

Правильное сообщение:

(Я очень расстроена, что ты не поделился конфетой.)

33 слайд

Некоторые родители считают, что надо сдерживать свои чувства, не показывать их, в семье может существовать запрет на любую открытость или какие-то конкретные чувства (особенно негативные): «не смей сердиться», «страх и слезы - позор для мальчика», «перестань волноваться». Не помогая ребенку в развитии чувств, родители рискуют воспитать черствого, не способного сопереживанию и сочувствию человека.

34 слайд

Дорогие родители! Пожалуйста, следите за своей речью и не давайте детям отрицательные установки. Если же вы все-таки оговорились, то поспешите исправить ситуацию, заменив отрицательную установку на положительную

35 слайд

Отрицательные установки

Сильные не плачут.

Ты совсем как твой папа (твоя мама).

Отец твой пьет, и ты такой же будешь.

Грустно, что ты у нас Иванушка-дурачок.

Уж лучше бы тебя вообще на свете не было!

Если будешь так поступать, с тобой никто не захочет дружить.

36 слайд

Положительные установки

Поплачь, легче будет.

Какой молодец наш папа!

Какая умница наша мама!

Что бы там ни говорили про твоего отца, в тебя я верю.

В тебе все прекрасно!

Какое счастье, что ты у нас есть! Мы тебя так ждали.

Как ты относишься к людям, так и они будут относиться тебе.

37 слайд

Возраст четырех-шести лет - активный период становления личности ребенка. Можно предположить, что в это время определяется, каким он будет. Не дать сейчас возможности ребенку развиваться так, как свойственно только ему, - значит не дать проявиться его индивидуальности. Поэтому важно относиться к ребенку особенно бережно, чтобы не растоптать нежные ростки его индивидуальности.

38 слайд

Дети для успешного развития нуждаются в том, чтобы чаще слышать от родителей следующие слова:

- Ты мне нравишься таким, какой есть!
- Когда ты еще не родился, мы с папой (мамой) ждали именно тебя.
- Мне интересно твое мнение.

- Как ты считаешь, что лучше для тебя?
- Я понимаю тебя.
- Ты прекрасно растешь! Мне нравится!
- Мне понятно твое волнение (беспокойство).
- Ты можешь быть сильным и в то же время попросить о помощи, когда это нужно.

- Я покажу тебе, но не буду делать этого за тебя

39 слайд

Вопросы:

1. О чем Вы говорите с ребенком по дороге в детский сад?
2. О чем Вы говорите с ребенком по дороге из детского сада?
3. Знаете ли Вы какая из воспитательниц нравится вашему ребенку больше?
4. Знаете ли Вы, с кем дружит ваш ребенок?
5. Знаете ли Вы любимую сказку вашего ребенка?
6. Во что любит играть Ваш ребенок?
7. Чего боится Ваш ребенок?
8. куда Вы в последний раз ходили вместе с ребенком?
9. Что больше всего огорчает Вашего ребенка?.
10. Что больше всего радует Вашего ребенка?

Информация. Далее, следует учитывать, что психика особенно ранима у детей физически ослабленных от рождения, у малышей возбудимых, часто болеющих. Этим детям крайне необходим надежный заслон от психотравмирующей ситуации. Если ребенку предстоит встреча с не понятным, но впечатляющими воздействиями (посещение зоопарка), то малыша надо к этому подготовить и по необходимости ограничивать зрелищные и другие впечатления.

40слайд

Осложнённые варианты психического развития детей:

невротические состояния – проявляются в эмоциональных срывах, неустойчивости поведения, агрессивности или же вялости, апатичности. Они связаны иногда с плохим самочувствием, усталостью или с конкретной эмоциогенной ситуацией (отобрали любимую игрушку, обидели). Разрешается ситуация, поправляется здоровье, и нежелательные проявления проходят. Однако дети с подобными реакциями входят в “группу риска”, у них может развиваться невроз;

41 слайд

аутизм – проявляется в замкнутости, отстранённости, в погруженности в собственный, непонятный для окружающих, мир. Эмоции стёрты, мимика невыразительна, с детьми трудно, а порой невозможно вступить в общение. Такие дети мало разговаривают, не играют со сверстниками. Им совсем не свойственны ни эмоциональное сопереживание, ни сочувствие кому-либо;

42 слайд

гиперактивность с нарушением внимания – носит характер синдрома, т.е. целого блока специфических проблем. Дети подвижны, расторможены, импульсивны, у них недостаточно развиты процессы внимания, им трудно сосредоточиться, снижена работоспособность, повышена утомляемость, плохо развиты движения руки. Такие дети, несмотря на достаточно высокий уровень способностей, плохо учатся, постоянно конфликтуют со сверстниками, им невыносимо трудно что-либо делать совместно с другими.

43 слайд

Основными способами снижения всех этих состояний являются *игры, хоровое пение, участие в самодеятельности, творческая деятельность (лепка, рисование, пересказ, придумывание сказок, сочинение стихов), аутогенная тренировка, упражнения на устойчивость к стрессу.*

Информация. Остановимся подробнее на ведущем способе. Игра для ребёнка – это естественное состояние, играми он удовлетворяет непреодолимую потребность в движении, проявляет творческие силы, развивает свои способности, воспитывается с нравственной стороны и, наконец, приобретает массу всевозможных знаний.

Игры очень разнообразны: дети играют в одиночку и группами; игры со строительным материалом, настольные игры, сюжетно-ролевые, театрализованные, подвижные игры, хороводные и музыкальные игры.

Все эти игры могут быть как *свободными*, когда дети играют во что хотят и как хотят, – эти игры дают материал для наблюдений: в них ярко выступают индивидуальные черты каждого ребёнка; так и *организованными*, которые тоже знакомят с детьми и не только, они служат для развития внимания, находчивости, умения управлять собой и подчиняться правилам, а главное – для развития чувства товарищества. Игры заменяют порой гимнастику, давая детям возможность воспроизводить массу разнообразных движений.

Психолог предлагает родителям упражнения на снижение психоэмоционального напряжения, которые они могут выполнять вместе с детьми

44 слайд

«Солдат и тряпичная кукла»

Самый простой и надежный способ научить детей расслабляться – это обучить их чередованию сильного напряжения мышц и следующего за ним расслабления. Предложите ребёнку представить, что он солдат. Вспомните вместе с ним, как стоять на посту, – вытянувшись в струнку и замерев. Пусть игрок изобразит такого военного, как только вы скажете слово «солдат». После того как ребёнок постоит в такой напряжённой позе, произнесите другую команду – «тряпичная кукла». Выполняя её, надо максимально расслабиться, слегка наклониться вперёд так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите детям представить, что все их тело мягкое, податливое. Затем игрок снова

должен стать солдатом и т. д. Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления, когда вы почувствуете, что ребенок достаточно отдохнул.

45-46 слайд

«Ролевая гимнастика»

Детям предлагается выполнить ряд упражнений.

1. Рассказать известное стихотворение

- шепотом,
- с пулеметной скоростью,
- со скоростью улитки,
- как робот,
- как иностранец.

2. Походить, как

- младенец,
- глубокий старик,
- лев,
- трусливый заяц.

3. Улыбнуться, как

- кот на солнышке,
- само солнышко.

4. Посидеть, как

- пчела на цветке,
- наездник на лошади,
- Карабас-Барабас.

5. Попрыгать, как

- кузнечик,
- маленький зайчик,
- кенгуру.

47 слайд

«Рычи, лев, рычи!»

В эту игру хорошо играть с детьми, страдающими скованностью и пассивностью. Взрослый говорит: «Все мы - львы, большая дружная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «рычи, лев, рычи!», пусть раздастся самое громкое рычание».

48 слайд

Способы выражения (выплескивания) гнева

1. Громко спеть любимую песню

2. Попрыгать на скакалке

3. Используя «стаканчик для криков», высказать все свои отрицательные эмоции

4. Налить в ванну воды, запустить в неё несколько пластмассовых игрушек и бомбить их каучуковым мячом

5. Пускать мыльные пузыри

6. Устроить «бой» с боксёрской грушей

7. Полить цветы

8. Поиграть в «настольный футбол» (баскетбол, хоккей)
9. Отжаться от пола максимальное количество раз
10. Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит»
11. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить
12. Взять стопку листов плотной бумаги или картона и попытаться порвать их.

49 слайд

Рекомендации родителям по сохранению психологического здоровья детей дошкольного возраста:

Правила взаимоотношения с детьми:

- Уважайте детей! Защищайте их любовью и правдой.
- Замечайте и отмечайте малейший успех ребенка. От постоянных неудач дети озлобляются.
- Не приписывайте успех себе, а вину ребёнку.
- Ошиблись – извинитесь.
- Детей нельзя обманывать - дети очень чувствительны к фальши.
- Будьте великодушными, умеете прощать. Не кричите, не оскорбляйте ребенка, ни при каких обстоятельствах.
- Хвалите в присутствии других, а прощайте наедине.
- Оценивайте поступок, а не личность.
- Не ищите в лице другого родителя средство для расправы за собственную беспомощность в общении с детьми.
- Дайте ребенку ощутить, что сочувствуете ему, верите в него, несмотря на его оплошность.

50 слайд

- Чаще используйте в своей речи ласкательные обращения, имя ребёнка.
- Только приблизив к себе ребенка можно влиять на развитие его духовного мира.
- Цените минуты, когда вы вместе можете пережить радость от чего – то увиденного или услышанного.
- Стремитесь, чтобы дети получали разнообразные интересные впечатления.
- Следите, чтобы им никогда не было скучно и они были чем-то заняты.
- Поощряйте стремление и попытки детей что – то сделать.
- Занимаясь с детьми, создавайте ситуацию успеха.
- Поддерживайте порядок и справедливость, следите за равным соблюдением детьми и вами принятых правил.
- Вселяйте в ребёнка веру в свои силы, способности и лучшие душевные качества.

- Не сравнивайте ребенка с другими детьми, особенно если сравнение не в пользу ребенка.
- Чтобы выработать чувство ответственности, необходимо, чтобы у ребенка были дела, за которые отвечает только он (домашние поручения).
- Похвала не должна быть фальшивой, иначе у ребенка возникает чувство собственного бессилия.
- Помощь ребенку необходима тогда, когда он об этом попросит.
- Находите с ребенком личный контакт.
- Создавайте положительные традиции жизни вашей семьи.

Обратная связь

Родителям раздают листки бумаги (А4), разделённые на 2 части. В первой половине листка предлагается изобразить в виде рисунка, схемы, знаков и т.д. «что такое здоровье», а во второй половине листка написать своё впечатление о сегодняшней встрече.

Список использованных источников

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер: худож. Г. А. Карасева. – М. : АСТ : Астрель, 2009. – 238.
2. Доман Г. Гармоничное развитие ребенка / Составление, «от редактора» В. Дольникова. – М.: «Аквариум», 1996. – 448 с.
3. Детский сад и молодая семья: основы успешного взаимодействия / Под. ред. Н. В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 128 с.
4. Левин В. А. Уроки для родителей: / Илл. Н. Гордиенко; Худож.-оформитель К. Юхтман. – М.: ООО «Издательство АСТ»; Харьков: «Фолио», 2001. – 448 с.
5. Медведева И. Я., Шишова Т. Л. Родители и дети: конфликт или союз? – М. : Никая, 2009. – 175 с.
6. Педагогическое сопровождение семейного воспитания: Программы родительского всеобуча. / Под. ред. О.И. Волжиной. – СПб.: КАРО, 2005. – 144 с.
7. Родительские собрания в детском саду. Подготовительная группа / Авт.-сост. С.В. Чиркова. – М.: ВАКО, 2014. – 336 с.

8. Родительские собрания в детском саду. Старшая группа / Авт.-сост. С.В. Чиркова. – М.: ВАКО, 2014. – 320 с.
9. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? – М.: Генезис, 2006. – 541 с.
10. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям: тренинговые программы. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 256 с.
11. Я – компетентный родитель. Программа работы с родителями дошкольников / Под. ред. Л.В. Коломийченко. – М. ТЦ Сфера, 2013. 128 с.

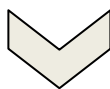
Памятка вручается каждому родителю

ПАМЯТКА

«Как сохранить психическое здоровье ребенка»

- Всегда находите время поговорить с ребенком. Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы.
- Не оказывайте нажима на ребенка.
- Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины».
- Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.
- Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.
- Следите за выражением своего лица, когда обращаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо — «психологическая пощечина» ребенку.

В ТРУДНЫЕ СИТУАЦИИ



Чаще разговаривайте с ребенком, объясняйте ему непонятные явления и ситуации, суть запретов и ограничений.

Помогите ребенку научиться вербально выражать свои желания, чувства и переживания.

Помогите научиться объяснять свое поведение и поведение других людей.

Презентация к собранию прилагается