**Неделя психического здоровья в детском саду**

* 10 октября ежегодно с 1992 года отмечается всемирный день психического здоровья. Учрежден по инициативе Всемирной федерации психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения. Входит в перечень всемирных и международных дней, отмечаемых ООН.
* Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья. В Уставе ВОЗ говорится: «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». Важным следствием этого определения является то, что психическое здоровье — это не только отсутствие психических расстройств и форм инвалидности. Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества. Уровень психического здоровья человека в каждый данный момент времени определяется многочисленными социальными, психологическими и биологическими факторами.
* Период дошкольного детства является важным в психическом развитии ребенка, в это время активно формируются системы психических функций: речь, мышление, память.
* Цель практической работы с детьми — это психическое здоровье ребенка, а личное развитие — условие достижения этого здоровья. Нарушение психического здоровья связано, как с соматическими заболеваниями или дефектами физического развития, так и с неблагоприятными факторами и стрессами, воздействующими на психику ребенка и связанными с социальными условиями. Признаки психического здоровья:
* -  способность справляется с трудностями в сложных незнакомых ситуациях;
* -  чувство уверенности и доверия
* -   формы проявления эмоций и поведения соответствуют и вероятным чувствам ребенка;
* -  достаточный диапазон чувств.
* Психологический аспект психического здоровья предполагает внимание:
* -   к внутреннему миру ребенка: в его уверенности или неуверенности в себе, в своих силах, его отношению к людям, окружающему миру;
* -   обеспечение психологического комфорта для здоровья развивающей личности.
* Впервые в нашем детском саду в ноябре 2021 года в честь празднования Дня психического здоровья пройдет Неделя психического здоровья.

**Неделя  психического  здоровья.**

**Данная тематическая неделя носит название**

**«В детский сад с радостью»**

В рамках данной недели запланированы мероприятия, акции, в которые будут вовлечены  дети, родители и  сотрудники детского сада.

***Принципы проведения недели :***
- Неповторимость и направленность каждого дня;
- Охват всех участников образовательного процесса;
- Мероприятия недели, по возможности, должны логично встроится в воспитательно- образовательный процесс.

***Цель:***
Активизация совместной деятельности всех участников образовательного процесса ДОУ по сохранению и укреплению психического здоровья воспитанников .
***Задачи:***
-Создание благоприятного психологического климата в ДОУ;
-Формирование интереса взрослых к миру ребенка, стремление помогать ему в индивидуально - личностном развитии;
-Способствовать повышению психологической культуры всех участников образовательного процесса в направлении обеспечения комфортной образовательной среды;

 - Мотивирование  родителей на  участие в образовательной деятельности ДОО.

 **Первый день**: **«Мой любимый детский сад».**

1. В начале дня всех родителей ожидает необычный **«Заборчик пожеланий и предложений»**

 Здесь все желающие родители могут оставить свое пожелание или предложение о работе детского сада.

1. **Выставка рисунков** **Арт - методика «Мой любимый детский сад»**

Участники:дети старших и подготовительных групп. Этот рисуночный тест станет информативной и удобной экспресс - диагностикой на проверку психологической комфортности пребывания детей в группе детского сада.

1. Дети средних, старших и подготовительных групп начинают заполнять **«Календарь настроения» или «Радугу настроений»**

**Д**ети обращают внимание на своё эмоциональное состояние в конце дня. На приготовленные плакаты наклеиваются (рисуются) смайлики со своим настроением. Эта акция проводится в течении всей недели. Цель данной акции: определить, какой день для детей был более интересным и вызвал положительные эмоции.

 **Второй день**  **«Уроки доброты».**

1. **«Дерево доброты»**

По желанию, родители могут оставлять на «Дереве доброты» слова благодарности для любимого педагога или работников ДОУ. Слова благодарности родители пишут на листочках(сердечках) и приклеивают или вставляют в прорези на «Дереве доброты» в приёмной группы.

1. **Смотр-конкурс «Уголок настроения» или «Радуга настроений»**

Воспитатели средних, старших и подготовительных групп. Цель конкурса: Обогащение групповых помещений разнообразными игровыми элементами, направленными на сохранение психофизического здоровья дошкольников, развитие их эмоционально-чувственной и коммуникативной сферы, позитивного принятия самих себя и окружающего мира. Создание развивающей среды, обогащённой элементами, создающими у детей положительную установку и впечатление о детском саде, помогающими успешно адаптироваться в детском саду, способствующими развитию эмоционально-чувственной сферы дошкольников и снятию у них психоэмоционального напряжения

1. **Акция Арт — технология «Подарок Другу»**

Дети старших и подготовительных групп на занятиях  делают подарок (поделку из бумаги, рисунок, раскраску) другу или для детей средних и младших групп, и  после сна могут организованно их подарить малышам или друг другу.

1. **Игра «Заколдованное сердце»**

В средних, старших и подготовительных группах педагоги проводят ролевые игры **«Заколдованное сердце»**, в ходе которых дети, преодолевая препятствия,  «растапливают ледяные сердца» «заколдованных» воспитанников. Дети спасают своего товарища от чар злой королевы. Эта  игра помогает развивать взаимопомощь детей в группе, положительно-эмоциональные отношения в группе.

 **Третий день «День комплиментов»**

1. **Выставка поделок. Арт — технология «Мой портрет в лучах солнца»**
 Родителям младших групп предлагается красочно оформить поделку в виде солнышка или рисунок солнышка, в середине располагается фото ребенка, на лучиках написаны семейные ласковые производные имени ребенка. Можно посадить бабочку или божью коровку на тот лучик, где написана та форма имени, которая больше всего нравиться ребенку. Закрепить поделку на дверце шкафчика. Цель арт — технологии: Формировать у родителей представление о необходимости совместной деятельности с ребенком и радости от полученного результата. Выразить любовь родителей к своим детям через рисунок, аппликацию, поделку. Развитие у малыша положительного отклика на собственное имя.
2. **Акция Арт — технология «Оригами» «Комплимент для мамы»**

Участники:дети старших и подготовительных групп изготавливают  цветы, которые вечером вручают мамам (или другим членам своей семьи со словами комплиментов.

1. **Тренинг «Пойми меня»**

Участники:дети средних, старших и подготовительных групп учатся  толерантному  поведению,  развитию умения различать чувства других, формировать позитивное отношение к своему «Я»,  развивать чувство принадлежности к группе. Педагог предлагает детям образовать пару. Пара встает напротив друг друга. По команде педагога нужно без слов, молча, одними жестами, изобразить эмоцию. Сначала дети встретились, обрадовались друг другу! (дети изображают). Потом они что-то не поделили и поссорились. Как это произошло? (дети изображают). Они обиделись и даже отвернулись друг от друга (дети показывают). Но разве друзья могут обижаться долго? Они повернулись друг к другу и помирились (дети изображают). Скажите, ребята, что вы чувствовали, когда поссорились? А когда помирились? (ответы детей). Давайте беречь друг друга и не ссориться!

1. **Кукольный спектакль «Сказка про капризную Машу» » Актеры: дети подготовительной группы «Фиалки»**

Развивать эмоциональную отзывчивость, создать радостное настроение от встречи с героями сказки. Воспитывать дружеские чувства, желание помогать друг другу.

 **Четвертый день «Подари себе настроение»**

1. **Выставка рисунков. Арт — технология «Что такое радость? Мы рисуем радость! »**

Участники:родители и дети средних групп. Оформление стенда с рисунками. Цель арт — технологии: Оптимизировать внутри семейные отношения через совместную деятельность и рефлексию методом арт-терапии.

1. **Выставка рисунков. Арт — технология «Папа, мама, я - счастливая семья!»** Участники: родители и дети старших и подготовительных групп. Оформление стенда с рисунками. Цель арт — технологии: Оптимизировать внутри семейные отношения через совместную деятельность и рефлексию методом арт-терапии.
2. **Арт — технология «Клякса-графия»** – это дорисовывание нанесённой на бумагу произвольной кляксы до узнаваемого художественного изображения.

**Кляксу кисточка для смеха
Нам поставит – вот помеха!
Наша Клякса очень злится:
- Кляксой быть мне не годится,
Не буду кляксой – это проза,
Буду ромашкой или розой.**
Нетрадиционные формы рисования вызывают живой интерес у детей средних, старших и подготовительных групп.. В особенности кляксография т. к. обычно за кляксы мы делаем замечание, а при использовании данного метода наоборот хвалим.Участники:дети средних, старших и подготовительных групп рисуют и «оживляют» Кляксу: глаза, рот, придумывают имя, дарят ей радостную жизнь. У кого-то  клякса – добрая,  у кого-то грустная, смешная, забавная, драчливая, веселая… Это внутреннее душевное состояние ребёнка.

1. **Сказка-терапия «Колобок на новый лад»**

Для детей средних, старших и подготовительных групп. Чтение сказки «Колобок», где дети придумывают счастливое завершение всем известной сказки.

 **Пятый день** **«Здесь вам всегда рады».**

1. Среди родителей проводится **анкетирование:** «**Анкета для родителей по оценке деятельности дошкольного образовательного учреждения»** что позволит оценить работу детского сада.
2. **Арт-терапия «Оригами» Творческая работа «Подари настроение взрослым»** Участники:дети старших и подготовительных групп превращают листок, раскрашенный в цвет настроения в бабочку и дарят её воспитателям.
3. **Спектакль «Дружба зверей» Актеры: дети подготовительной группы «Берёзки»**

Развивать эмоциональную отзывчивость, создать радостное настроение от встречи с героями спектакля. Воспитывать дружеские чувства, желание помогать друг другу.

1. **Круглый стол «Подведение итогов «Недели психического здоровья»** **«В детский сад с радостью»**

Педагоги ДОУ делятся впечатлениями, замечаниями и рекомендациями. Обсуждается целесообразность проведения подобных мероприятий. Обсуждение и анализ проведенных мероприятий.

***Думаем, что Неделя получится целостной и законченной, если удастся вовлечь всех сотрудников, большинство родителей и детей.***