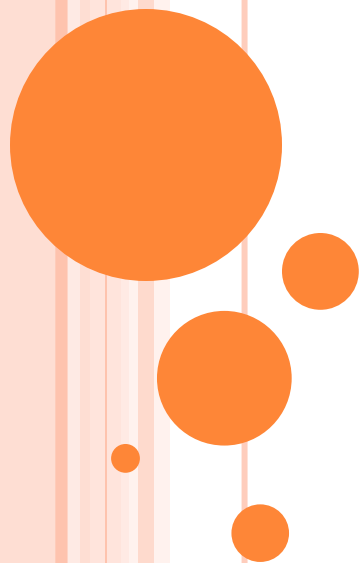


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 1»**

День психического здоровья в ДОУ

**Педагог-психолог:
Шаройкина Людмила
Анатольевна**

**Красноярск
2019 г.**



10 октября

Всемирный день психического здоровья

Психическое здоровье, согласно определению Всемирной организации здравоохранения, это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.



КРИТЕРИИ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

- Всемирная организация здравоохранения выделяет следующие критерии психического здоровья:
- Осознание и чувство непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я».
- Чувство постоянства и идентичности переживаний в однотипных ситуациях.
- Критичность к себе и своей собственной психической продукции (деятельности) и ее результатам.
- Соответствие психических реакций (адекватность) силе и частоте средовых воздействий, социальным обстоятельствам и ситуациям.
- Способность самоуправления поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, законами.
- Способность планировать собственную жизнедеятельность и реализовывать эти планы.

Тема дня в ДОУ «Будь всегда на позитиве!»

Цель: приобщение к положительному восприятию окружающего мира, улучшение настроения и эмоционального самочувствия всех участников образовательного процесса.

Мероприятия:

1. Психосоциальная акция «Дерево пожеланий» (оформление плакатов в каждой группе).
2. Полезная зарядка (тренировка по Джекобсону).
3. Игры и упражнения с детьми раннего возраста.



Психосоциальная акция «Дерево пожеланий»



ПОЛЕЗНАЯ ЗАРЯДКА (ТРЕНИРОВКА ПО Э.ДЖЕКОБСОНУ)

СТАРШАЯ ГРУППА «СОЛНЫШКО»



ПОЛЕЗНАЯ ЗАРЯДКА (ТРЕНИРОВКА ПО Э.ДЖЕКОБСОНУ)

СТАРШАЯ ГРУППА «РОМАШКА»



ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

І МЛАДШАЯ ГРУППА «КАПИТОШКА»



ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

I младшая группа «РАДУГА»





БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!

