«Технология снятия психоэмоционального напряжения у воспитанников, испытывающих трудности в развитии».

*Маркова Г.Н.,
педагог-психолог МДОУ
детский сад №53 «Солнышко»*

Нарушенное психоэмоциональное равновесие в поведении детей дошкольного возраста – тревожность, агрессивность, ссоры, конфликтность, обидчивость, ранимость – очевидная реальность современной жизни. Особо ярко оно проявляется у ребят, испытывающих трудности в развитии в период дошкольного возраста. Данные проявления в поведении детей снижают не только качество образовательной деятельности, но и влияют отрицательно на здоровье, как воспитанников, так и самих педагогов. Как показывают исследования, работа по коррекции психоэмоционального напряжения и сформированные навыки по управлению эмоциями, позволяют ребенку на 40 % увеличивать качество восприятия учебного материала.

В этой связи, становится очевидным использование ряда факторов, благоприятно влияющих на коррекцию и снятие психоэмоционального напряжения у воспитанников, испытывающих трудности в развитии. К таковым можно отнести: применение современных инновационных технологий; создание благоприятных условий и предметно - пространственной среды; высокий профессиональный уровень педагогов учреждения; роль педагога-психолога дошкольного учреждения, владеющего компетенциями по психологическому сопровождению воспитанников данной категории.

Дети, посещающие дошкольное учреждение, имеют уникальную возможность получать необходимую психологическую помощь посредством сенсорной комнаты. Занятия по системе «Лекотека», используемые нами, способствуют гармоничному развитию современного ребёнка, позволяют найти баланс между игрой и обучением. Её оборудование содержит мощный лечебный, профилактический и коррекционный потенциал и предполагает гораздо большее разнообразие впечатлений, чем традиционное окружение. Без подборки коррекционных игр трудно получить положительный результат. Созданная игра – картотека и такие игры, как «Собери хорошие оценки» в сухом бассейне, используемые для снятия мышечных зажимов и выплеска эмоций; у кривого зеркала «Муха» - учит ребят ориентировке в пространстве; разучивание чистоговорок с использованием компьютера «Солнышко», самостоятельные игры в столах - песочнице с подсветкой. При использовании панно «Бесконечность» осуществляется корректировка страхов. Приветствие у «Волшебного костра» хорошо снимает напряжение, мотивирует на учебную деятельность. Разнообразные ритуалы вхождения

с использованием массажной дорожки такие, как «Не наступи на злюку», «Три дороги», «Услышим звуки колокольчика». Полюбились детям релаксации «В гостях у необычной радуги» в уголке «Зазеркалье». Они создают для ребят устойчивое положительное настроение; формируют эмоциональную стабильность. Используя в своей работе подбор современных педагогических технологий, сохраняем и поддерживаем индивидуальность детей путем снятия психоэмоционального напряжения и гармонизации их внутреннего мира. Создавая обогащенную предметно - пространственную среду, мы обеспечиваем возможность детям активно участвовать в образовательном процессе. Технологии по освоению двигательных навыков, развитию мотивации, осознанных волевых усилий подбираем посильные и постепенно усложняем, тем самым доставляем ребенку удовольствие. В игре ребёнок испытывает самую высокую физическую нагрузку и эмоциональный подъем. Грамотный подбор технологий по снятию психоэмоционального напряжения у дошколят помогает расширить жизненный опыт воспитанников, обогатить их чувственный мир, справиться с проблемами на период перехода в школу. Работая с ребенком, привлекаем его к деятельности без психологического принуждения, опираясь на интерес дошкольника к содержанию и форме занятий и активизируя его своим партнерским участием.

Результаты грамотно и регулярно проводимой работы для психоэмоциональной разгрузки повышают эффективность коррекционно-развивающей работы педагога-психолога с детьми. Смело представляем коллегам наработанный опыт работы и в рамках возрастного ограниченного времени делимся апробированными технологиями.

Список использованной литературы

1. Сенсорная комната « Солнечный зайчик». Кирцева, Е.В. //Воспитатель. - 2012. –№1. –с.38
2. Сенсорная комната в дошкольном учреждении: Колос Г. Г. Практические рекомендации. – М. АРТИ, 2016.
3. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред В. Л. Жевнерова, Л. Б. Баряевой, Ю. С. Галлямовой. – СПб.: 2021.
4. Сенсорные комнаты “Снузлин” (сборник статей и методические рекомендации. - М.: ООО Фирма “Вариант”, 2011