выполнение правил личной гигиены, обеспечение полноценной физической нагрузки.

* Лучшим средством для снятия нервного напряжения является физическая нагрузка.
* Четвертая составляющая эмоционально-развивающей среды - это эмоционально-активизирующая совместная деятельность педагога с детьми.

**Виды игр и упражнений,**

 **направленных на эмоциональное развитие ребенка**

**1.Игры с детьми на накопление эмоций.**

Цель: создавать положительный эмоциональный настрой для каждого ребенка в группе детей.

**2.Игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми.**

***Проблема эмоционального самочувствия детей в образовательном учреждении является одной из самых актуальных, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка***

Цель: вызывать у детей радость от общения друг с другом и со взрослыми.

**3. Игры на преодоление негативных эмоций.**

Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, избавиться от страхов.

**4.Игры на снятие эмоционального напряжения, релаксацию.**

Цель: снять эмоциональное и мышечное напряжение, расслабиться.

**5. Игры на развитие эмпатии у детей.**

 Цель: развивать у детей умения понимать чувства и состояния других людей, развивать способность сопереживать, сочувствовать.

**6.Эмоциональные паузы.**



**.**

***Задача педагога – заметить в каждом воспитаннике лучшее, развивать его, не ограничивая это наилучшее рамками школьных программ, поощряя самостоятельную работу и творчество.***

***Необходимо беречь в детях огонек пытливости, любознательности, жажду знаний. Дать детям радость труда, радость успеха в учении, пробудить в их сердцах чувство гордости, собственного достоинства.***

***Оценка педагога должна нести жизнерадостность, оптимизм, вознаграждать трудолюбие, а не быть кнутом, которым учитель/воспитатель погоняет ученика или воспитанника. Но нельзя и допускать, чтобы оценка баловала ребенка.***

***Причины нарушения***

***эмоционального благополучия ребенка***

1. Нарушение режима дня.
2. Несогласованность требований к ребенку.
3. Желание родителей научить своего ребенка знаниям, которые не соответствуют его возрасту.
4. Изобилие информации.
5. Неблагополучное состояние в семье.

**Рекомендации для достижения эмоционального благополучия ребенка**

* Правильно организованная работа педагога.
* Создание среды, способствующей разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребенка.
* Эмоциональная речь педагога, внимательное, приветливое отношение к детям.
* Педагог организует контакт с детьми «на уровне глаз».
* Ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребенка, укрепляет в нем чувство безопасности и уверенности в себе.
* Использовать в работе телесные формы общения: нежные прикосновения, поглаживания, объятия, поглаживания.
* Каждый ребенок испытывает потребность во внимании со стороны педагогов, родителей, не получая достаточно пристального внимания, ребенок испытывает беспокойство.
* Основным компонентом эмоционально-развивающей среды является так же оформление интерьера группового помещения (благоприятное цветовое оформление, удобная мебель, комфортный температурный режим, пространственное решение группы). Использование в оформлении класса, группы уголка приветствия, уголка достижений детей, уголка гнева:
* -«Коврик злости» - резиновый шипованный коврик, на котором дети могут потоптаться;
* -«Коробочка гнева и раздражения» - это может быть любая коробка, куда ребенок может выбросить свою «злость и обиду» (сжав предварительно кулачки, смяв лист бумаги, порвав на кусочки газету);
* -«Подушка – колотушка», «Мешочек для крика», «Ковёр дружбы».
* Следующим компонентом является стабильность окружающей среды, способствующая устойчивому чувству безопасности и эмоциональному комфорту. Это в первую очередь **режим**, определенная продолжительность и чередование различных занятий, сна, отдыха, регулярное и правильное питание,