**Использование современных образовательных технологий**

**Для воспитателей ДОУ**

**Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду»**

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и использовали их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные особенности и проблемы.

В настоящее время в дошкольных учреждениях широко используются разные виды психотренингов, однако довольно редко — психогимнастика как метод практической психокоррекции. Хотя именно она наиболее доступна в применении для воспитателей и психологов, так как в ее основе лежит игра, являющаяся основным видом деятельности дошкольника.

**Психогимнастика** – это метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Кто является автором термина, не известно. Термин «психогимнастика» может иметь широкое и узкое значение, разные авторы вкладывают в него неодинаковое содержание. Цели психогимнастики затрагивают основные задачи психического развития детей.

**Основная цель** – научить ребёнка справляться с жизненными трудностями. Ребёнок должен осознать, что между мыслями, чувствами и поведением существует связь и что эмоциональные проблемы вызываются не только ситуациями, но и их неверным восприятием. В ходе занятий психогимнастикой дети изучают различные эмоции, возможность ими управлять.



