Дошкольный возраст – один из критических периодов в жизни ребенка. В это время активно формируется высшая нервная деятельность, происходит нарастание подвижности и силы нервных процессов, что способно привести к истощению малыша. Родители и **воспитатели** часто отмечают смену настроения крохи, повышенную раздражительность, быструю утомляемость и невнимательность.

Социальное здоровье предполагает адекватное **восприятие действительности**, адаптацию к общественной среде, проявление интереса к окружающему миру. Спокойная доброжелательная обстановка, созданная родителями и **воспитателями**, – залог нормального **психосоциального** развития дошкольников. Как правило, если в семье царит взаимоуважение и понимание, а в детском саду малыш чувствует себя уверенно и комфортно, его **психосоциальное здоровье** находится в полном порядке. При выполнении этих условий исключения встречаются крайне редко.

Через общение у **детей** закладывается характер, тип поведения в обществе и формируется личность. Именно поэтому **социальная** адаптация так важна для **детей** дошкольного возраста. Приходя в любой коллектив, людям необходимо время, чтобы привыкнуть и *«раскрыть»* себя, дети же учатся в коллективе жить, что непосредственно влияет на их развитие. В процессе **социальной** адаптации дети учатся жить по определенным правилам и учитывать нормы поведения. В процессе общения ребенок приобретает **социальный опыт**, <u>который предоставляет ему его ближайшее окружение</u>: родители, **воспитатели сада и сверстники**. **Социальная** компетентность достигается благодаря тому, что ребенок активно общается и обменивается информацией. **Социально** неадаптированные дети чаще всего отвергают опыты других людей и не входят в контакт со взрослыми и сверстниками. Это может привести к **асоциальному** поведению в будущем ввиду не усвоения культурных навыков и необходимых **социальных качеств**.

Любая деятельность имеет цель, а способность ребенка добиться цели придает ему уверенности в себе и дает осознание своей компетенции. Чувство значимости напрямую отражает оценку общества и влияет на его самооценку. Самооценка **детей** напрямую влияет на их **социальное здоровье и поведение**.

Для того чтобы личность ребенка развивалась гармонично, **социальное развитие детей** должно опираться на целостную педагогическую систему. К методам, которые влияют на формирование **социального статуса ребенка**,<u>относят следующие виды деятельности</u>:

1.<u>Игровая деятельность</u>: в игре дети примеряют на себя различные **социальные роли**, которые дают им чувствовать себя полноправными членами общества.

2.<u>Исследовательская деятельность</u>: обогащает опыт ребенка, позволяя ему находить решения самостоятельно.

3.<u>Предметная деятельность</u>: дает возможность ребенку познавать окружающий мир и удовлетворяет его познавательные интересы.

4.<u>Коммуникативная деятельность</u>: помогает ребенку найти эмоциональный контакт со взрослым, получить его поддержку и оценку.

Таким образом, при создании условий для **социального развития детей**, необходимо не только передавать им **социальный** опыт в виде знаний и умений, но и способствовать раскрытию внутреннего потенциала.

При исследовании **социального компонента здоровья детей от двух до 18 лет**, было отмечено, что в основном трудности **социально-психологической** адаптации начинают наблюдаться с младшего школьного возраста, усиливаясь в подростковом возрасте, снижаясь в старшем школьном возрасте.

Говоря о **социальном здоровье дошкольников**,<u>назовем критерии</u>:

1. Принятие **социальных правил и норм**.
2. Приспособление к требованиям **социума** и одновременное сохранение своего лица.
3. Знание своих прав и обязанностей.

4. Признание интересов других людей.
5. Проявление толерантности и эмпатии.
6. Налаживание гармоничных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.
7. Оптимистическое отношение к трудностям.
8. Способность помогать и поддерживать других.
9. Контроль и регулирование своего поведения.
10. Достойное принятие выигрыша и проигрыша.
11. Владение этикетом.
12. Разделение зла и добра.
13. Человечность и справедливость и т. д.

Если нет тяжелых нарушений в психическом развитии ребенка, необходимо проводить профилактическую работу по формированию **социального здоровья**, особенно с детьми,входящими в группу риска:

-дети, **воспитывающиеся** в семье с одним родителем,
-дети из алкоголизированных, наркотизированных семей,
-одаренные,
-дети с проблемами в учебной деятельности,
-дети из семей с низким или чрезмерно высоким материально-экономическим достатком,
-дети, проживающие в экономически слабо развитых регионах,
-дети, требующие различного рода формы реабилитации и т. д.

Необходимо отметить, что в механизмах процесса **воспитания социально здоровой** личности не может быть единообразия. В каждом регионе, образовательном учреждении свои особенности и проблемы, в зависимости от сложившейся **социально-педагогической** инфраструктуры складывается своя система формирования **социального здоровья у детей в сфере образования**.

Эффективным средством развития **социального здоровья детей** дошкольного возраста является игротерапия. Общение является важным элементом любой игры. Во время игры происходит **социальное**, эмоциональное и психическое становление ребенка. Игра дает детям возможность **воспроизвести** взрослый мир и участвовать в воображаемой **социальной жизни**. Дети учатся разрешать конфликты, выражать эмоции и адекватно взаимодействовать с окружающими.

Самое главное, для поддержания психологического и **социального здоровья это - атмосфера**, дух детского сада, обстановка, развивающая среда с её материалами и личность **воспитателя**.

Особые качества,которые требуются от педагогов:

• Умение видеть, наблюдать **детей** *«изнутри»*, чувствовать их состояние, настроение;
• Умение понимать, т. е. разбираться в мотивах поведения, потребностях, быть *«адвокатом»* ребенка;
• Психологическая зрелость и уравновешенность;
• Умение выбирать средства общения;
• Умение играть, сочинять, петь, танцевать, шутить.

Какие же средства можно использовать для сохранения и развития **социального здоровья детей**?

1. **Воспитательное воздействие словом** *(беседы, разговоры-убеждения, разъяснения)*. Беседа с коллективом **детей** объединяет их общими интересами, заставляет ребенка интересоваться не только собственными мыслями, но и высказыванием товарища, приучает его говорить и выслушивать других. А это не всегда умеют делать и взрослые. В детских садах дети всегда любят превращать ковёр на полу в этакий круг, где удобнее и интереснее общаться. Круг – это место гармонизации. В круге проводится коррекция разговорами, играми. Коррекция подразумевает **воспитывать**, корректировать проблемы ребёнка: его страхи, тревоги, обиды, неумение дружить и устанавливать контакты.

2. Использование сказки. В увлекательной форме и доступными для понимания словами сказка показывает ребёнку окружающую жизнь, людей, их поступки и судьбы, показывает, к чему приводит тот или иной поступок героя, даст возможность за 15-20 минут примерить на себя и пережить чужую судьбу, чужие чувства, радости и горести. Эта уникальная возможность пережить, *«проиграть»* жизненные ситуации без ущерба для собственной жизни и судьбы ставит сказку в ряд с самыми эффективными способами **воспитательно-образовательной работы с детьми**

3. Ролевые и подвижные игры. Сюжетно-ролевая игра – идеальное поле для приобретения **социальных навыков**. Такие игры помогают решить многие **воспитательные задачи**: дети учатся налаживать общение с людьми, понятно излагать просьбу, у них формируются навыки культурного поведения. Но самое главное – дети приобретают новый **социальный** опыт взаимодействия с другими людьми, который поможет им и в налаживании контактов со сверстниками, и в игровой деятельности. Кроме того, в процессе сюжетно-ролевой игры можно развивать память, координацию движений, работать со страхами, приобретать новые знания. Игра способствует **социальному развитию**, обогащает жизненным опытом, готовит почву для успешной деятельности ребенка в реальной жизни.

4. Ритуалы и традиции группы.

- Ежедневные ритуалы.

Утреннее приветствие. Формирование положительных эмоций в утренние часы. Утром обсуждайте, какой сегодня день, с каким настроением каждый пришел в д/сад, о чем хочет рассказать друзьям, что ребенок ждет от сегодняшнего дня, с какими материалами хочет поработать.Вечером подводите итоги: чем каждому запомнился и понравился сегодняшний день, чему научился за день, что было особенным в этот день, что бы хотелось изменить, исправить, сделать не так, как поступить по-другому, кого бы хотелось поблагодарить сегодня. Можно составить с детьми календари дел и событий прошедшего дня *(краткая схема-запись или рисунок- пиктограмма)*

- Традиционные еженедельные ритуалы.

По окончании недели проводите *«Пятничный круг»*, обсуждайте, чем была интересна эта неделя, чему каждый научился, чему радовался. Пересматривайте листочки календаря.

- Традиционные ежемесячные ритуалы.

По окончании месяца устраивайте круг «Прощание с *(название месяца)*. Рассматривайте листочки календаря, рисунки, радуйтесь сделанному. Обсуждайте, каким будет следующий месяц, что в нем принято отмечать, что бы вы хотели сделать в следующем месяце, какие дела надо обязательно выполнить. Рассматривайте календари всех видов. Планируйте совместные дела на месяц и загадывайте желания.