

Развитие ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Маленькие дети часто находятся в "плену эмоций", поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения. Поэтому так актуальна и важна работа, направленная на развитие эмоциональной сферы.

Мы все любим порой посмеяться, но о настоящей пользе смеха мы можем только догадываться. Смех имеет больше пользы, чем мы предполагаем.

***Вот несколько примеров его пользы смеха для детского организма:***
- повышает уровень серотонина в организме, что делает человека счастливым;
- укрепляет иммунную систему;
- выступает как метод лечения некоторых психологических заболеваний, расслабляет мышцы;
- успокаивает мозг, содействует положительным мыслям;
- балансирует кровяное давление и помогает пищеварению;
- уменьшает стресс, устраняет тревогу, беспокойство, агрессивность
*Веселый радостный ребёнок создает вокруг себя атмосферу счастья и прекрасного настроения у окружающих.*

Смехотерапия: Многочисленные исследования показали, что жизнерадостные и часто улыбающиеся люди гораздо реже страдают от различных заболеваний, чем хмурые личности.

***Смех является эффективным лекарством и средством для профилактики болезней***

***Смех как психологическая профилактика негативных эмоциональных состояний***