

**УГОЛОК УЕДИНЕНИЯ**  
**как условие создания психологического**  
**комфорта и эмоционального благополучия**  
**дошкольников**



Группа детского сада – пространство коллективной жизни. Здесь ребенок находится в условиях коллективных отношений, независимо от своего настроения, переживаний и событий.

В настоящее время всё больше внимания уделяется проблеме эмоционального благополучия ребёнка. Для маленького человека нет ничего важнее эмоционального благополучия – без него не сложится гармоничная личность.

Эмоциональное благополучие обеспечивает дошкольнику высокую самооценку, формирует самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт. Поэтому одной из главных задач взрослых является обеспечение ребёнку состояние эмоционального благополучия. Большую роль в эмоциональном благополучии ребёнка играет окружающая среда. С этой целью в группе создан уголок уединения.

В нашей группе уголок уединения изготовлен в виде шатра, который позволяет детям «спрятаться» от внешнего мира, посекретничать.

(Сигналом для детей и взрослых - «Я хочу побыть один» является – закрытые шторы)

Уголок уединения оснащен следующими атрибутами:

#### **Экскурсия по уголку уединения**

Нам хочется рассказать и показать вам, что именно вошло в состав нашего уголка, **каким образом это работает и используется.**

#### **Для релаксации и снятия напряжения**

Обязательный атрибут - **мягкие подушки**, на которые ребёнок может прилечь и отдохнуть.

Мягкие игрушки, которые используются для систематической игры детьми после образовательной деятельности или в период проявления негативных эмоций (после конфликтов, ухода родителей и т. п.), служат средством релаксации.

**«Семейный альбом»** Уголок уединения в детском саду мы наполняем предметами, которые ребёнку близки, к которым он испытывает теплые чувства. Мы решили положить альбом с фотографиями родных. Также можно положить в уголок игрушечный телефон, по которому можно понарошку позвонить маме с папой.

**Тактильные игрушки** в нашем уголке уединения используются для успокоения детей, отвлечения их от грустных мыслей, негативных эмоций. Он включает в себя: массажные мячики, тактильные мешочки.

Для детей мы используем средством релаксации калейдоскоп.

Также размещена корзинка со змейками и дорожками из вязаных ниток и капитошки - мялки. Их цель - успокоить расшалившихся детей, научить их одному из приёмов саморегуляции. Сматывая змейку и дорожку, мнёт руками капитошку, ребёнок успокаивается. Всё это способствует расслаблению и улучшению эмоционального состояния.

В уголке уединения дети играют в спокойные игры, тихо общаются или просто отдыхают от шума. Пребывание в уголке уединения позволяет им

расслабиться, восстановить силы, а интересные игры помогают развивать мелкую моторику.

### **Предметы для выражения негативных эмоций.**

Коврик «злости», вытирая ноги о который дети могут потоптаться и избавиться от плохого настроения.

**Для обогащения эмоциональной сферы** в уголке размещены различные дидактические игры по изучению эмоциональных состояний.

**«Поляна настроения»** На стене размещены смайлики, отображающие грустное, спокойное, веселое, озорное настроение. Ребяточки перемещаются от одного настроения к другому, передавая изображенную на нем эмоцию.

Смайлики с разными настроениями. Утром и в течение дня ребенок может с помощью эмоциональных картинок показать свое настроение. Благодаря этому воспитателю легче найти подход к грустному, расстроенному ребенку и оказать ему поддержку.

Если у ребенка плохое настроение, он может «положить» его в «грустный» кармашек, а из «веселого» кармашка «взять» хорошее настроение)

Дети отвлекаются от своих отрицательных переживаний и, как следствие, забывают о них, таким образом, налаживается микроклимат в группе.

**«Зеркало эмоций»**, которое привлекает детей и помогает им понимать собственные эмоции, эмоциональные состояния других, способствует овладению средствами эмоциональной выразительности.

**«Книга доброты»** - альбом с размещенными в нем только добрыми героями из сказок и мультфильмов;

В уголке уединения находится мягкая игрушка, в лапах которой – **коробочка «Добрых дел»**. Каждый ребенок может положить в неё фишку, если он считает, что совершил хороший поступок. Это пробуждает и стимулирует у детей желание «творить добро».

**«Островок примирения»**. Это небольшой коврик, красиво оформленный, сделанный своими руками. Поссорившиеся дети становятся на него и разрешают конфликт, мирятся.

**«Стул для размышления»** служит для того, чтобы, сидя на нем не более 5 мин, ребенок мог вспомнить забытые им правила поведения. Что игрушки мы не отнимаем, а ждем, когда другой ребенок ее положит на место после того, как поиграет.

Педагог знакомит воспитанников с каждым атрибутом и пособием, демонстрирует способы взаимодействия с ним. Ведь именно от этого зависит эффективность деятельности дошкольника в уголке уединения.

Содержимое уголка периодически обновляется, однако какие-то предметы находятся в уголке постоянно. Это придает ребенку чувство уверенности, постоянства.

В основе педагогической деятельности должна лежать уверенность в том, что каждый ребенок имеет право быть таким, какой он есть, и у каждого ребенка достаточно потенциальных сил для того, чтобы развиваться и быть счастливым.

**«Стульчик доброты».** На нем может отдохнуть любой, кому захочется побыть одному и расслабиться в добрых объятьях удивительного стульчика;

Пребывание в уголке уединения позволяет им расслабиться, восстановить силы, а интересные игры помогают развивать мелкую моторику.

Для обогащения эмоциональной сферы в уголке размещены различные дидактические игры по изучению эмоциональных состояний.

Например, такие игры, как «Хорошие и плохие поступки», «Как поступают друзья», «Угадай эмоцию», «Найди друзей», «Мои чувства», «Эмоции в сказках». Каждая игра подбирается в зависимости от ситуации.

Если мы видим, что ребёнок чувствует себя некомфортно, то сначала пытаемся мягко выяснить причину его состояния. И только потом, предлагаем ребёнку поиграть в ту или иную игру.

Педагог обстоятельно знакомит воспитанников с каждым атрибутом и пособием, демонстрирует способы взаимодействия с ним. Ведь именно от этого зависит эффективность деятельности дошкольника в уголке уединения. Содержимое уголка периодически обновляется, однако какие-то предметы находятся в уголке постоянно. Это придает ребенку чувство уверенности, постоянства.

В основе педагогической деятельности должна лежать уверенность в том, что каждый ребенок имеет право быть таким, какой он есть, и у каждого ребенка достаточно потенциальных сил для того, чтобы развиваться и быть счастливым.

