

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 31»
города Магнитогорска

«ОСТРОВОК УЕДИНЕНИЯ».
Зона психологической разгрузки
(старшая группа)

Выполнила: *воспитатель Кузнецова В.А.*

Магнитогорск, 2021 г.

ОСТРОВОК УЕДИНЕНИЯ

Одна из задач дошкольного учреждения – обеспечение эмоционального благополучия воспитанников.

Для дошкольника изменение обстановки, пребывание целый день в шумном кругу людей при отсутствии мамы, а также исполнение требований педагогов и восприятие большого объема новой информации является серьезным стрессом. А так как ребенок еще развивается, его эмоционально-волевая сфера еще недостаточно сформирована, ребенок не умеет контролировать проявления своих чувств. Частая смена настроения, выплеск негативных эмоций (грусти, плача, гнева) происходит среди дошкольников довольно часто. Все это требует со стороны воспитателя чуткого внимания и руководства.

Для сохранения психологического комфорта воспитанников в нашей группе создана специальная зона, уголок, где ребенок может побыть в одиночестве — это «**Островок уединения**». Здесь каждый может спрятаться от окружающих, выразить свои накопившиеся негативные эмоции, отвлечься от суеты с помощью интересных спокойных игр или просто отдохнуть в тишине. «Островок уединения» — это место, где дошкольник может ощутить себя в полной безопасности, может успокоиться, расслабиться, поиграть с любимой игрушкой, рассмотреть фотографии, книги, «позвонить» маме, или просто помечтать.

Ребенок может самостоятельно проявить желание отправиться в уголок уединения, а может пойти туда по подсказке воспитателя.

Материал для уголка подобран с учетом его основного назначения, а именно:

- для психологической разгрузки воспитанников;
- обучение способам выражения гнева в приемлемой форме;

- обучение дошкольников умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции;
- обучение детей бесконфликтному общению;
- повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;

ПАСПОРТ УГОЛКА УЕДИНЕНИЯ

Группа «Знайка» (старшая)

Воспитатель Кузнецова Валентина Анатольевна

Цель: достижение релаксации и отдыха; преодоление эмоционального дискомфорта дошкольников.

Задачи:

- создать положительный эмоциональный микроклимат в группе;
- сформировать позитивное отношение ребенка к сверстникам и взрослым;
- организовать систематическую работу по нормализации и развитию эмоциональной сферы детей;
- способствовать сплочению детского коллектива, формируя позитивные дружеские отношения в группе;
- способствовать комфортной организации режимных моментов;
- обеспечить индивидуальный подход, свободу выбора и волеизъявления, ориентируясь на зону ближайшего развития каждого ребенка;
- научить ребёнка выражать свой гнев в приемлемой, безопасной форме, предупредить чрезмерное возбуждение нервной системы, что чревато переутомлением;
- помочь дошкольникам освоить приёмы регуляции своего настроения, обрести уверенность в себе;
- повысить самооценку тревожных и застенчивых детей, учить ребят бесконфликтному общению друг с другом;
- свести к минимуму возможные ссоры в детском коллективе.

Наполнение уголка делится на два блока:

1) ПРЕДМЕТЫ, ВЫПОЛНЯЮЩИЕ УСПОКАИВАЮЩУЮ И РЕЛАКСАЦИОННУЮ ФУНКЦИЮ:

Телефон (для воображаемых звонков маме и папе, чтобы поделиться чем-то сокровенным)

Стульчик доброты

«Коврик добра и примирения» (Это небольшой коврик - поссорившиеся дети становятся на него и разрешают конфликт, мирятся)

Куклы

«Коробочка Мирилка» (Это картонная труба - двое детей просовывают в трубу руку каждый со своей стороны, мирятся)

Картотека «Мирилки»

«Подушка-обнимушка» (поделиться своим настроением, рассказать о своих мечтах)

«Зеркало настроения» (взглянуть на своё отражение и улыбнуться)

«Маски настроения» (грустный и весёлый клоун - снять с ребёнка чувство скованности, зажатости, помочь перевоплотиться из грустного в весёлого)

«Кубик настроения»

Альбом «Театр эмоций»

Фотоальбом с семейными фотографиями (интересно разглядывать семьи всех воспитанников)

Книги для рассматривания

Мячики-ёжики, тактильные мешочки

Сухой бассейн

Дидактическая игра «Собери бусы»

Материалы для изобразительности

2) ПРЕДМЕТЫ ДЛЯ ВЫРАЖЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ:

Подушка для битья; подушка-плакушка (чтобы выплакаться)

«Коврик злости» (Ребенок разувается и вытирает ножки до тех пор, пока не перестанет злиться)

«Стаканчик гнева» (в нем ребёнок может оставить свои нехорошие слова и мысли; когда ребенок выговорится, он плотно закрывает стакан и прячет его)

«Стаканчики кричалки» (ребёнок выкрикивает, выговаривает в стаканчик все свои обиды)

«Зеркало эмоций» (ребёнок, глядя в зеркало, пытается отобразить на своём лице ту или иную эмоцию)

Материалы для изодеятельности

Содержимое уголка периодически меняется, обновляется по мере необходимости, но некоторые предметы должны находиться здесь всегда, это придает детям чувство уверенности и постоянства.

В ближайшем уголок будет пополнен следующим материалом:

- дидактические игры «Эмоции в сказках»; «Хорошие и плохие поступки»

- «Книга доброты» - альбом с изображениями добрых сказочных героев, со сценами хороших поступков

- речевая игра «Мои добрые дела» /коробочка с фишками/

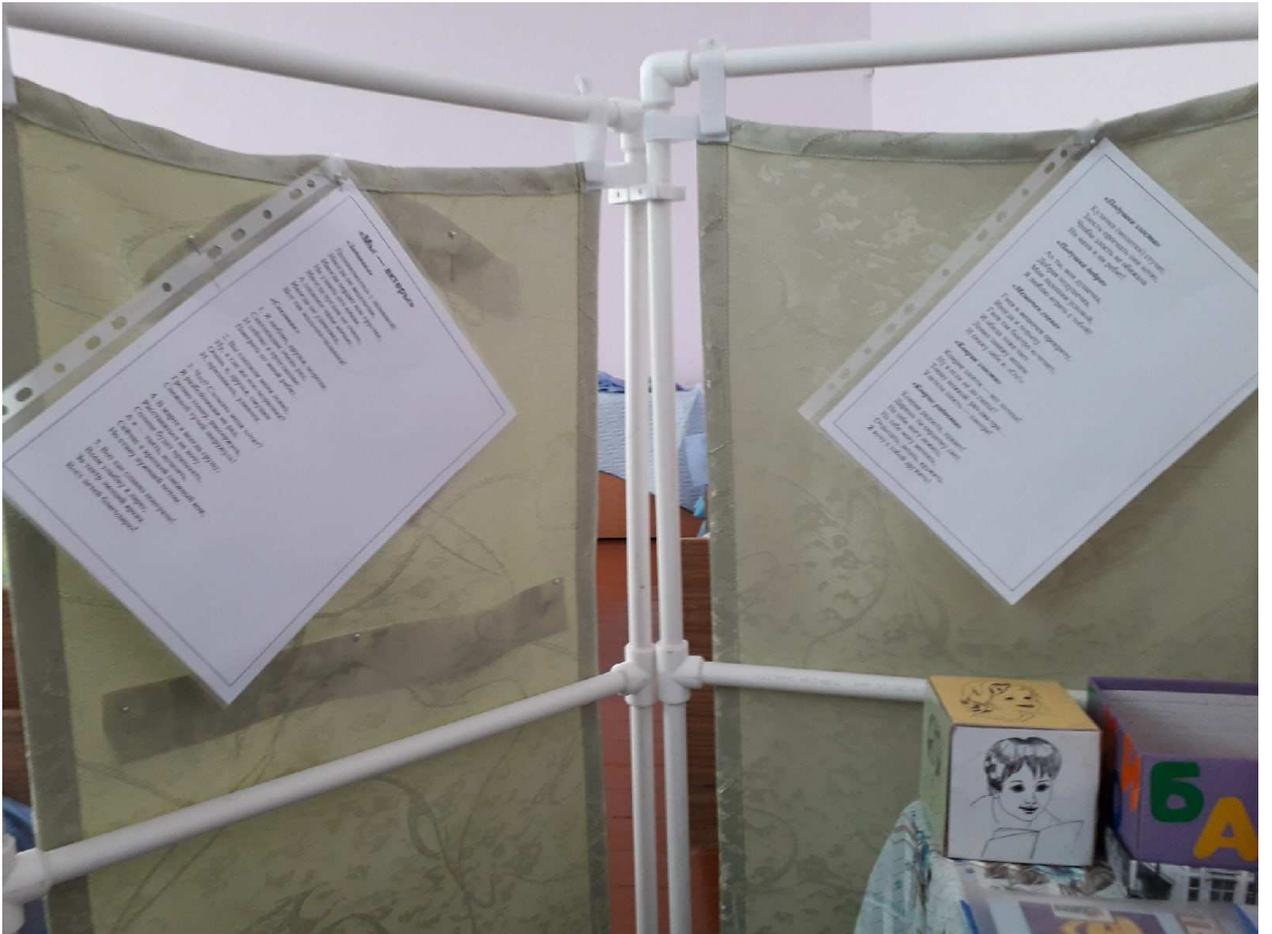




Уголок наш
так хорош –
лучше в мире
не найдешь!
Любим в
уголке играть
- настроенье
поднимать!

КОВРИК ДОБРА

ПОДШИВАЛКА







У
Т
лу
но
уго
- н
по