

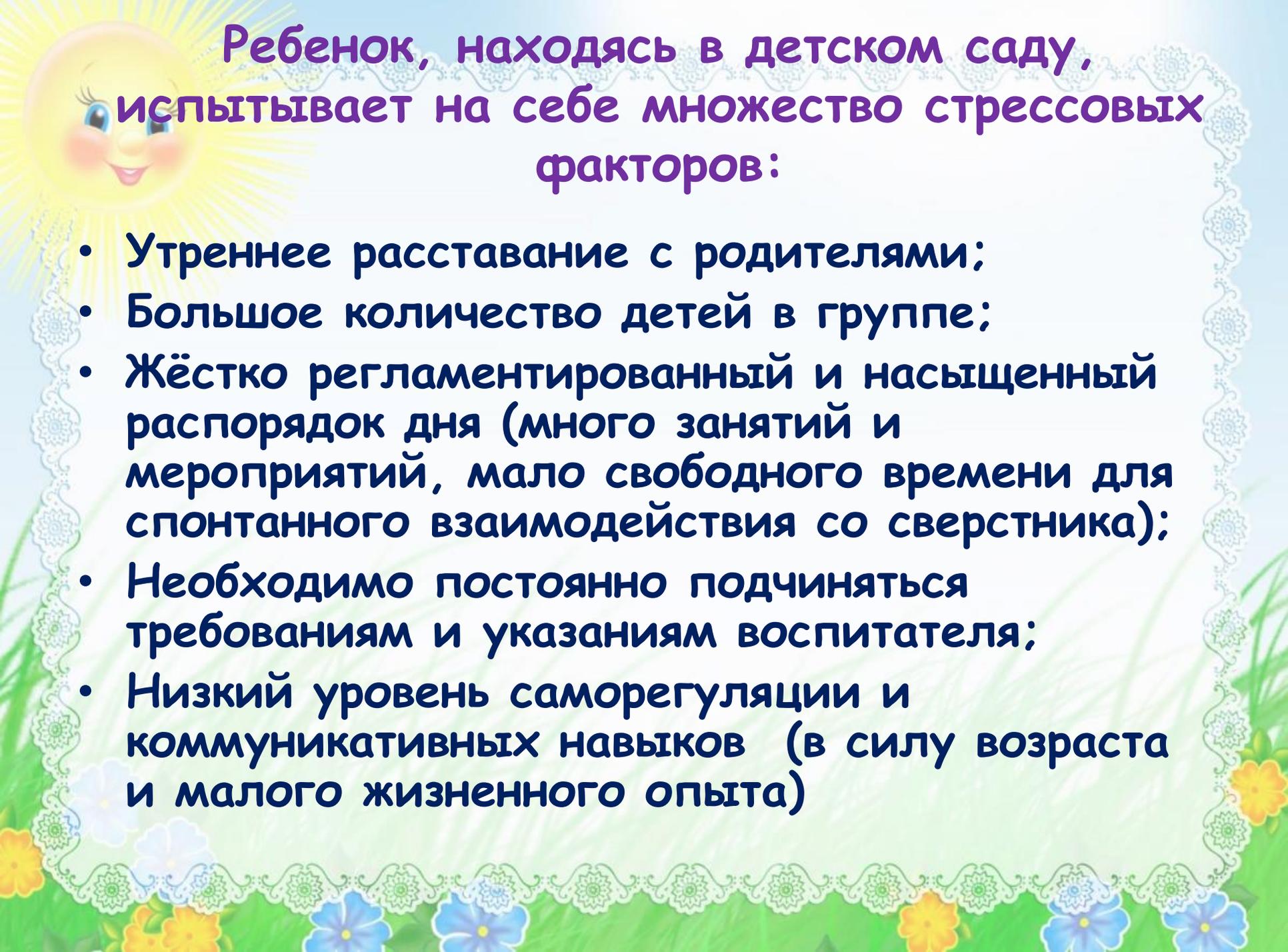


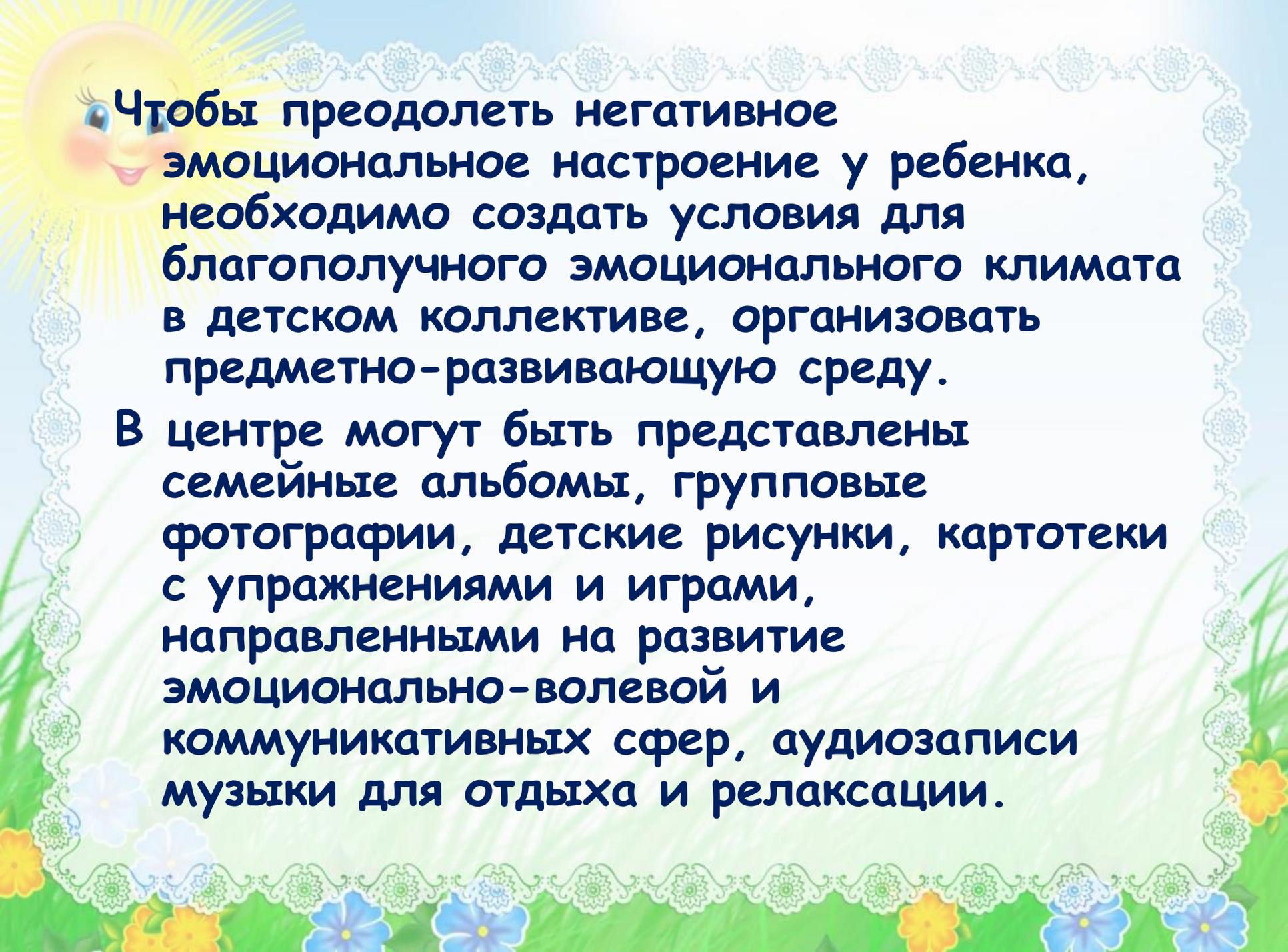
# Уголок психологической разгрузки





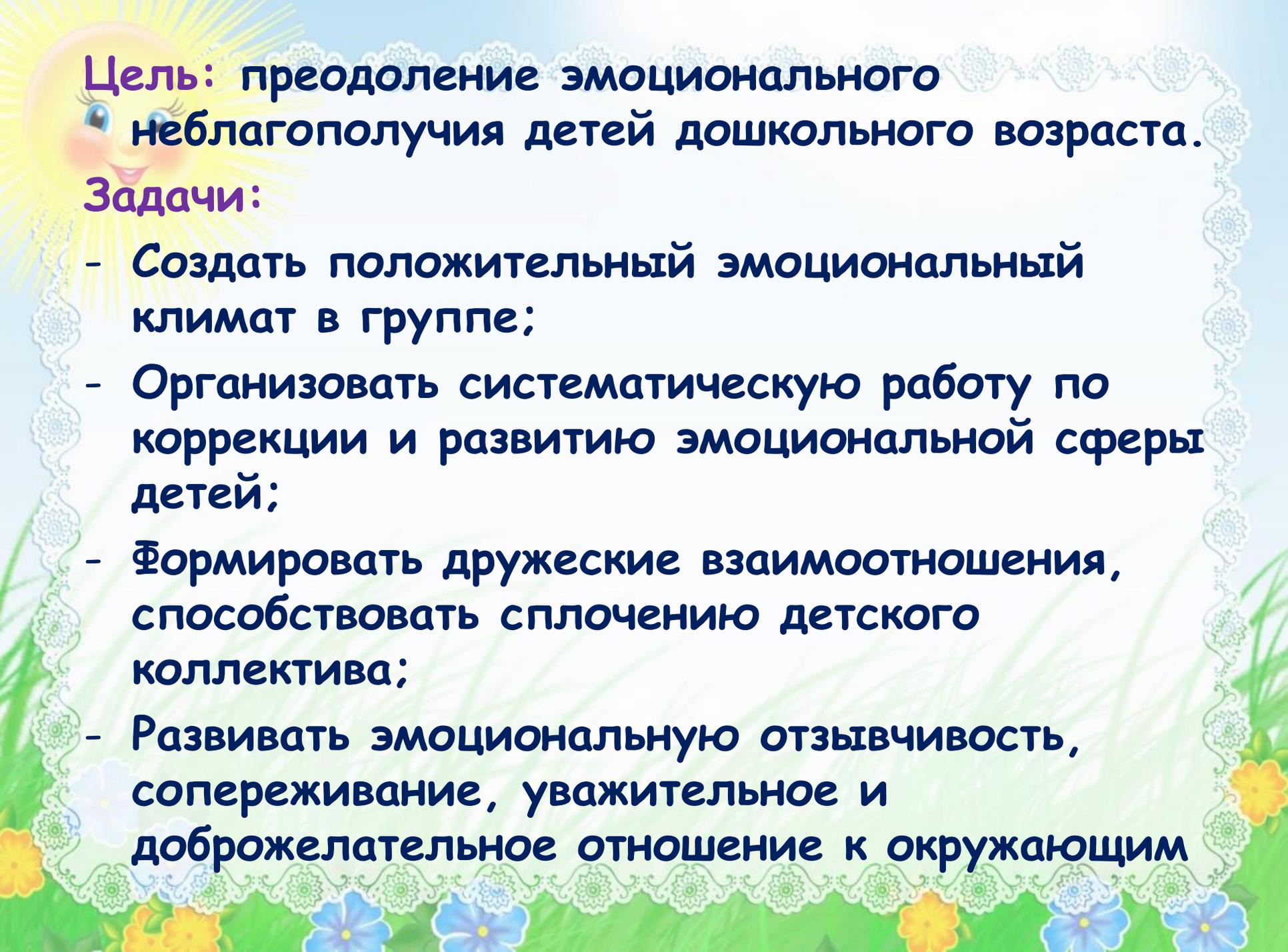
**Ребенок, находясь в детском саду, испытывает на себе множество стрессовых факторов:**

- Утреннее расставание с родителями;
  - Большое количество детей в группе;
  - Жёстко регламентированный и насыщенный распорядок дня (много занятий и мероприятий, мало свободного времени для спонтанного взаимодействия со сверстника);
  - Необходимо постоянно подчиняться требованиям и указаниям воспитателя;
  - Низкий уровень саморегуляции и коммуникативных навыков (в силу возраста и малого жизненного опыта)
- 



**Чтобы преодолеть негативное эмоциональное настроение у ребенка, необходимо создать условия для благополучного эмоционального климата в детском коллективе, организовать предметно-развивающую среду.**

**В центре могут быть представлены семейные альбомы, групповые фотографии, детские рисунки, картотеки с упражнениями и играми, направленными на развитие эмоционально-волевой и коммуникативных сфер, аудиозаписи музыки для отдыха и релаксации.**



**Цель:** преодоление эмоционального неблагополучия детей дошкольного возраста.

**Задачи:**

- Создать положительный эмоциональный климат в группе;
- Организовать систематическую работу по коррекции и развитию эмоциональной сферы детей;
- Формировать дружеские взаимоотношения, способствовать сплочению детского коллектива;
- Развивать эмоциональную отзывчивость, сопереживание, уважительное и доброжелательное отношение к окружающим

# Уголок приветствия

Цель: создание позитивного эмоционального настроя, атмосферы группового доверия и принятия.



# Уголок настроения

Дети обозначают свое настроение, а педагог получает возможность определить эмоциональное состояние каждого ребенка, и оказать своевременную эмоциональную поддержку нуждающимся детям.



## Уголок именинника

Цель: ребенок – центральное лицо в детском коллективе, личность, эмоциональное благополучие. Постоянное функционирование стенда или уголка с фотографиями детей и обозначение дня их рождения. Персональная именинная посуда, чудесный мешочек для подарков и т.д.

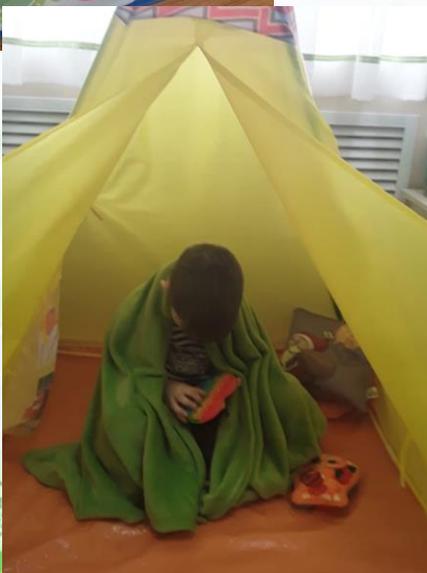


## Звезда дня (Леди и джентельмен дня)

На самом видном месте вывешивается плакат с фотографией дошкольника, избранного «Звездой дня». Каждый ребенок по очереди должен занять это место. Ценность такого компонента в том, что он направлен на формирование положительной «я-концепции», развитие самосознания и самооценки

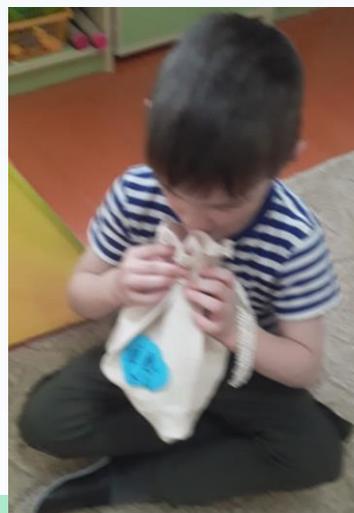
# Уголок уединения

Это место, где ребенок может почитать любимую книжку, рассмотреть фотографии в семейном альбоме и просто посидеть и отдохнуть от детского коллектива. Переносные ширмы и стойки служат как стены для индивидуальных игр для детей. Используя их, ребенок может сделать комнату для игры, таким образом, отгораживаясь от общего пространства, создавая свой собственный мирок. Это могут быть подиумы с мягкими подушками, легкие воздушные беседки из прозрачной ткани, мягкая мебель в тихой зоне возле цветов, мобильный «домик-трансформер». Этим простым способом достигается создание «своего» личного пространства.





Обучить детей способом управления гневом в приемлемой форме, помочь справиться с отрицательными эмоциями, снять напряжение поможет: «коробочка гнева и раздражения», мешочек крика, подушки-колотушки, коврик «Злости», ведро для страхов, мишени, стаканчик «Крик души»...





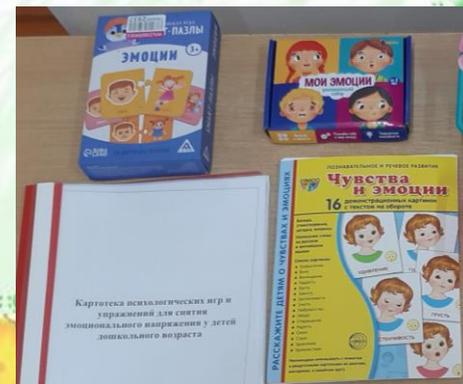
Если у ребенка плохое настроение, он может «положить» его в «грустный» мешочек, а из «веселого» мешочка «взять» хорошее настроение.

Помириться помогут: коробка-примирения, подушки-мирилки, перчатки-мирилки, «Остров примирения», скамейка-примирения





# Игры направленные на сплоченность, сотрудничество, игры на обучение эффективным способам сотрудничества, на снятие конфликтности





# Игрушки - антистресс



# Аудиозаписи различных видов шумов, музыки для отдыха и релаксации





Эмоциональное благополучие  
для ребенка, все равно, что  
для ростка тепло, свет, влага,  
удобрение, почва...

Чтобы нормально расти, ребенку  
нужна любовь, уверенность в  
своих силах, в своей  
значимости и ценности для  
нас, взрослых!





**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

