

## **УГОЛОК УЕДИНЕНИЯ**

### **как условие создания психологического комфорта и эмоционального благополучия дошкольников.**

**Актуальность:** Жизнь ребенка раннего и дошкольного возраста во многом зависит от его эмоционального состояния. Управлять переживаниями он еще не научился. Поэтому дошкольники, в значительной степени подвержены переменам настроения. Их достаточно легко развеселить, но еще легче обидеть или огорчить, поскольку они практически не знают себя и не умеют владеть собой. Именно поэтому одним из важнейших умений для педагогов и родителей дошкольников является умение регулировать эмоциональную сферу ребенка. Какими бывают эмоции? Эмоции – это внутренние переживания человека. Упрощённо эмоции можно разделить на две группы: позитивные и негативные.

#### **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.

#### **Оснащение уголка уединения:**

- фотоальбом с групповыми и семейными фотографиями;
- коврик злости;
- мишени, мешочки с крупой для метания;
- цветные клубочки пряжи разного размера;
- массажные мячи - «ежики»;
- волшебный пластилинчик;
- дидактическая игра «Собери бусы»;
- дидактические игры и др.

Материал для обучения агрессивных детей способам выражения гнева в допустимой форме. Игрушки и пособия уголка направлены на то, чтобы ребенок смог выплеснуть все свои негативные эмоции. Материалы для обучения детей умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции.

Помогут детям успокоиться, расслабиться, снять мышечное напряжение: Аудио, записи (шум моря, звуки леса), музыка для отдыха; игры для развития дыхания; массажные мячи – «ежики» (массажеры); игры с водой.

Игры для развития мелкой моторики (нанизывание, перебирание по форме, по цвету): цветные клубочки, игрушки-самоделки для заплетания, перекручивания, завязывания, волшебный пластилин, дидактическая игра «Собери бусы».

Эмоционально-развивающие игры, направленные на обучение детей бесконфликтному общению. Очень важна проблема общения детей, их умение понимать друг друга, различать настроение своего товарища, приходить на помощь и др. - Игры и пособия, направленные на формирование навыков общения и взаимодействия, а также на эмоциональное развитие: - «Азбука настроения», дидактические игры: «Что такое хорошо? Что такое плохо?», «Мои чувства», «Чувства и эмоции», «Угадай эмоцию» «Театр эмоций», - оборудование для совместных игр и игр драматизаций»

Дидактические игры по изучению эмоциональных состояний: - «Чувства и эмоции», - «Как поступают друзья», - «Угадай эмоцию», - «Найди друзей», - «События и эмоции», - «Мои чувства», - «Эмоции в сказках».

«Маски настроения»- маски, изображающие разное настроение.

«Книга доброты» - альбом с размещёнными только добрыми сказочными, мультипликационными героями, сюжетные картинки, где изображены сцены хороших поступков.