

Рекомендации для педагогов

«Организация психологического уголка в группе ДОУ»

Для проведения профилактической работы направленной на создание благоприятных психологических условий на группе ДОУ, необходимо организовать психологические уголки в каждой возрастной группе т.к психологический уголок является реальным инструментом в руках воспитателей для действенной психологической поддержки детей в течение дня.

При подборе материала для психологических уголков необходимо учитывать различные потребности детей. Кому-то хочется отдохнуть от детского коллектива, подумать о маме, посидеть в тишине, кто-то нуждается в психоэмоциональной разгрузке, какой-то ребенок агрессивен и ему надо помочь выплеснуть агрессию так, чтобы не навредить другим детям и не держать ее в себе. Ведь сдерживание агрессии, эмоционального напряжения приводит к различным расстройствам ЦНС. Поэтому перед педагогами стоит задача — обучить детей приемлемым формам выражения агрессии и создание для этого всех условий. Таким образом, в психологическом уголке необходимо организовать зоны для релаксации и саморегуляции.

Оснащение психологического уголка:

1. уголок для уединения;
2. кресло-капелька или мягкая мебель. Фотоальбомы с групповыми и семейными фотографиями;
3. телефон «Позвони маме». Ребенок может «позвонить маме» и поговорить с ней;
4. груша для битья, биты, поролоновые подушки. Когда ребенок дерется, мы объясняем ему, что бить детей — это плохо, им больно и обидно, а вот побить грушу для битья или подушку очень даже можно;
5. мишени, мешочки с поролоном для метания, что является одним из приемов выражения агрессии;
6. набор бумаги для разрывания,
7. корзина или кольцо для метания бумаги;
8. коврик злости. Наши дети знают, что если они злятся, нужно потопать по коврику и злость пройдет;
9. стаканчики «одноразовые» для крика. Если ребенок на кого-то злится или обижен, он может высказать свою обиду в стаканчик и ему станет легче
10. стул для размышлений служит для того, чтобы, сидя на нем не более 5 мин, ребенок мог вспомнить забытые им правила поведения. Например, что игрушки мы не отнимаем, а ждем, когда другой ребенок ее положит на место после того, как поиграет, и т.д. Самое главное — стул не должен быть наказанием для детей;

11. волшебный пластилинчик. Дети катают, отщипывают, мнут пластилин, что тоже помогает успокоиться;

12. воздушные шарик помогут детям упражняться в регулировании дыхания. Держа шарик в ладошках, мы дышим на них, согреваем их своим теплым дыханием;

13. дидактическая игра «Собери бусы»;

14. цветные клубочки пряжи разного размера. Разматывая и сматывая клубочки, дети овладевают приемом саморегуляции;

15. массажные мячи-«ежики». Мы обучаем детей разным способам катания мячиков в ладошках, по внешней и внутренней стороне рук. Такая игра с «ежиком» помогает ребенку снять мышечное напряжение и успокоиться;

16. мешочки настроений. Если у ребенка плохое настроение, он может «положить» его в «грустный» мешочек, а из «веселого» мешочка «взять» хорошее настроение. И с помощью приемов самомассажа — растирания ладонью грудной клетки ребенок улучшает свое настроение.

Очень важна проблема общения детей, их умение понимать друг друга, различать настроение своего товарища, приходить на помощь и др. Поэтому в зоне коммуникативного развития у нас есть игры, направленные на формирование навыков общения и взаимодействия, а также на эмоциональное развитие:

игры, направленные на формирование навыков общения и взаимодействия, а также на эмоциональное развитие:

— игры «Эмоциональный цветок» и «Кубик настроения» учат детей распознавать свое эмоциональное состояние и отражать его в мимике и жестах;

— «Коврик дружбы» и «Коробочка для примирения» помогают поссорившимся детям в забавной форме помириться друг с другом и после такого примирения дети ссорятся гораздо реже;

— стенд «Мое настроение». 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;

— парные пазлы помогут детям разделиться на пары, если с этим возникла проблема.

Так, в психологическом уголке получились три зоны:

— саморегуляции и релаксации;

— для повышения самооценки;

— развития коммуникативных навыков и эмоциональной сферы.

Материалы для уголков подбираются с учетом их основного назначения, а именно:

Назначение	Материалы
Зона для психологической разгрузки	Уголок для уединения (шатёр, палатка), мягкая мебель, фотоальбомы с групповыми с семейными фотографиями, мягкие игрушки <i>Наличие в уголке шатра позволяет детям "спрятаться" от внешнего мира, посекретничать, посмотреть альбом с семейными или групповыми фотографиями</i>
Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме	Боксёрская груша, куклы «Бо-бо», поролоновые подушки, стаканчики для крика, мишени <i>Справиться с отрицательными эмоциями, снять напряжение, выплеснуть накопившуюся энергию дошкольникам помогают боксерские груши, подушки для битья.</i>
Обучение детей умению владеть собой в различных ситуациях, приёмам саморегуляции	Аудиозаписи (шум моря, голоса птиц и т.д.), цветные клубочки, волшебные предметы (плащ, шляпа, палочка, башмаки и т.д.), свечи, фонтаны, игры с песком, водой, крупами, пуговицами, «Мешочки настроений», «Коробочки добрых дел». <i>Разнообразные волшебные предметы: шляпа, палочка, плащ, башмачки и т. д. помогают воспитателю вместе с детьми совершать чудесные путешествия и превращения, сделать общение с дошкольниками сказочным, насыщенным приятными сюрпризами, причем не только во время СД, но и в свободной игровой деятельности.</i>
Обучение детей бесконфликтному общению с помощью эмоционально-развивающих игр	«Азбука настроений», «Коврик дружбы», наст. дидакт. игры «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Подушка примирения», «Коробочка примирения», «Доска настроений» <i>Определение эмоционального состояния каждого ребенка в группе, выделение детей, которым необходима эмоциональная поддержка, выяснение причины положительного или отрицательного эмоционального состояния и планирование работы по устранению отрицательных воздействий, как в семье, так и в дошкольном учреждении.</i>
Повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей.	Подиум, медали, «сонные игрушки» <i>Систематические игры детей с использованием мягких игрушек различных размеров после занятий или в период проявления негативных эмоции (после конфликтов, ухода родителей и т. п.) служат средством релаксации. "Сонные игрушки" активно применяются в период адаптации воспитанников к дошкольному учреждению, его режиму и требованиям, когда эмоциональные дети испытывают чувства тревоги, беспокойства, а иногда и раздражения, проявляют агрессию.</i>

Обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.	«Твистер», «Гусеница», «Весёлый коврик» <i>На веселом коврике воспитанники развивают ловкость, эмоциональную отзывчивость, умения действовать в команде.</i> <i>Игра «Гусеница» формирует умение детей взаимодействию со сверстниками, способствует сплочению детского коллектива.</i>
---	---