***Дидактические материалы для уголка уединения в ДОУ.***

Пребывая в стенах детского сада, дошкольники получают большое количество эмоциональных впечатлений т.к. постоянно находятся в детском коллективе и каждый ребёнок воспринимает это по-разному. Кто - то плачет, кричит, злится или скромно улыбается, по - этому жизнь детей дошкольного возраста во многом зависит от их эмоционального состояния. Управлять своими эмоциями и переживаниями они ещё не умеют, вот тут то и приходит на помощь взрослый - внимательный и любящий педагог. Задача воспитателя — помочь детям привести в порядок свои мысли и чувства. Содействовать этому должна развивающая среда, особое место, где дошкольник может побыть наедине с собой, расслабиться, выплеснуть негативные эмоции. Называется такая зона уголком уединения (ФГОС центр уединения и релаксации). Уютный Уголок уединения поможет дошкольникам обрести уверенность в себе и даст им ощущение безопасности. Подобрали и оснастили содержание «Уютного домика» необходимыми атрибутами и дидактическими играми (многие из которых сделали своими руками), которые несут психологический комфорт и эмоциональное благополучие. учитывая индивидуальные и возрастные особенности наших детей. Сразу после организации Уголка уединения, ребята были ознакомлены: с его предназначением, оснащённостью, с теми дидактическими материалами, которые помогут расслабиться, выплеснуть негативные эмоции, снять напряжение и поднять настроение. Где можно поиграть в спокойные игры, заняться творческой деятельностью, спокойно пообщаться или просто отдохнуть от шума.

- Дети испытывают **негативные эмоции**, когда их в чем-то ограничивают. Переживание негативных эмоций очень важная часть в развитии ребенка. Благодаря этому процессу, он получает возможность адекватно воспринимать имеющиеся в жизни трудности и справляться с ними. Выслушивая ребенка, педагоги  показывают ему, что проявлять негативные эмоции – нормально. Ребенку необходимо осознавать, что взрослые главные, и что он находится под их контролем. Если ребенок считает, что они не в состоянии его контролировать, то он попытается скандалами взять власть в свои руки. Прежде, чем предлагать ребенку решение проблемы, посидите рядом с ним, в течение 5 секунд, прислушайтесь к его чувствам, стараясь встать на его место. Скажите ему, что разделяете его чувства и предложите собственное решение, прежде чем он попросит об этом, т.е. посетить уголок уединения, где собраны предметы, для выражения негативных эмоций.

- Ребята с высокой двигательной подвижностью очень выделяются, среди более спокойных и уравновешенных сверстников. Обычно их называют «живчиками», «шустриками», «моторчиками». Они обладают чрезвычайно высоким уровнем энергии. Однако результативность подобной «брызжущей» активности невысока, а многое начатое просто не доводится до конца. Внешне создаётся впечатление, что ребёнок очень быстро выполняет задание, и, действительно, быстрым и активным является каждый элемент движения, но в целом у него много лишних, ненужных и даже навязчивых движений Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание и снять возбуждение. Расслабляясь, возбужденные беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети стеснительные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов и предметов, которые выполняют **успокаивающую и релаксационную функцию**.

- В дошкольном возрасте эмоциональные реакции сопровождают ребенка в его восприятии окружающего мира, в его общении, служат откликом на поступки и действия людей. Это начальный этап в развитии **эмоциональной отзывчивости**, выразительности экспрессивных действий детей. Многие нарушения в эмоциональном развитии обусловлены именно неблагополучием эмоциональных откликов дошкольников на окружающее, нарушениями качества эмоционального реагирования. Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на нее. Проявляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребенку нравиться или огорчает его. По мере того, как ребенок растет, его эмоциональный мир становиться богаче, разнообразнее. От страха и радости он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. В дошкольном возрасте ребенок усваивает язык чувств — принятые в обществе формы выражения тончайших оттенков переживаний при помощи взглядов, улыбок, жестов, поз, движений, интонаций голоса и т.д. Вот почему так важно поддерживать и расширять у детей опыт адекватного эмоционального реагирования и выразительность эмоциональных реакций.

Ребята уже сами проявляют желание отправиться в зону отдыха. Они уже знают, что там можно делать и как помочь самим себе обрести покой или просто поднять настроение себе или своему другу.

Вся атрибутика уголка уединения периодически меняется, обновляется и пополняется по мере необходимости и индивидуальных предпочтений детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Предметы для выражения негативных эмоций» | «Предметы, выполняющие успокаивающую и релаксационную функцию» | «Пособия для развития эмоциональной сферы» |
| «Мешочек злости» (покричать и завязать), (положить плохое настроение , а из Весёлого мешочка достать хорошее), «Копилка (коробочка) плохого настроения»,«Колючий (агрессивный) коврик» (потоптаться),«Мишень» (попади мячиком в свою злость),«Маска злючка» (одень, а затем перевоплотись из злого в доброго),«Моталка – кричалка» (моток цветных шерстяных ниток),«Подушка – колотушка» (боксёрская груша), (выход отрицательных эмоций). | «Волшебная шляпа (накидка, платок)» (надел и представил, что находишься в своём любимым месте),«Коробочка добрых дел» (картинки «Что такое хорошо, а что такое плохо»),«Мешочек хорошего настроения» (поделись с другом),«Мамины (бабушкины) ладошки» (надел перчатки, взял маму (бабушку) за ручку, обнял себя),Фотоальбом с фотографиями, коллекции фантиков, открыток на разную тематику,Материалы для творчества (нарисуй, слепи свой страх, гнев),массажёры для рук и ног.Картинки с изображением моря, леса, гор, живой и неживой природы. Игры с крупами, пуговицами, песком, ракушками и т.д. Театральная деятельность. | «Зеркало настроения» (посмотреть на себя),«Подушечка – обнимушечка» (обнялись вместе с другом, а подушка помогла),«Труба - Мирилка» , (засунули руки с двух сторон и помирились), «Коврик дружбы» (встали вместе на коврик),Игра «Твистер»,Смайлики (угадай эмоцию), Мячик настроения с картинками (поймай эмоцию),Альбом с картинками добрых мультяшных героев и хороших поступков,Любимые игрушки (расскажи мне свои переживания). Ленточки, шнурочки (накрути на одну палочку и помирись).Медальки (самый весёлый, грустный). |

 Список используемой литературы.

Нищеева Н.В. «Развивающее пространство ДОУ в соответствии с ФГОС ДО с 3 до 8 лет»

Смолякова Е.Н. «Организация психологических уголков в группе детского сада» /Воспитатель дошкольного учреждения №4 - 2013

Детская психология. Елена Бархатова «Негативные эмоции ребёнка» - Текст.
Гончарова, Н. Г. Эмоциональное развитие дошкольника / Н. Г. Гончарова. — Текст: непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. — 2018. — № 4 (14). — С. 18-20. ЕжковаН.С «Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста».