



Консультация для воспитателей

Организация центра уединения и релаксации

Подготовила педагог-психолог:

Мягкова О.Н.

ФГОС ДО

- ▶ **П. 3.3.2.** Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности **для уединения**.
- ▶ **П. 3.3.4.** Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать: игровую, познавательную исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой); двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; **эмоциональное благополучие детей** во взаимодействии с предметно-пространственным окружением.



Цель и задачи центра уединения

Цель - преодоление эмоционального дискомфорта дошкольников

Задачи:

- ▶ организовать систематическую работу по нормализации и развитию эмоциональной сферы детей;
- ▶ создавать условия для поддержания положительного эмоционального микроклимата в группе;
- ▶ предупредить нервное перенапряжение воспитанников, снизить вероятность возникновения конфликтных ситуаций.

Особенности организации Центра уединения

- ▶ Цвета должны быть спокойными, не кричащими, пастельных оттенков.
Ребенок должен отдыхать, а не дополнительно раздражаться яркими тонами.
- ▶ Напоминать небольшой домик, норку, шатёр, в котором ребенок сможет переждать свой стресс, неприятные эмоции, расслабиться, а затем снова пойти навстречу коллективу.



Релаксация и саморегуляция



- кресло-капелька или мягкая мебель;
- фотоальбомы с групповыми и семейными фотографиями;
- телефон «Позвони маме»;
- волшебный пластилинчик;
- массажные мячи-«ёжики»;
- игры с песком, водой;
- ёмкости с крупой, разноцветными пробками, пуговицами;
- дидактическая игра «Собери бусы»

- ▶ груша для битья, биты, поролоновые подушки— мишени, мешочки с крупой для метания, что является одним из приемов выражения агрессии;
- ▶ набор бумаги для разрывания;
- ▶ «коврик злости»;
- ▶ стаканчики для крика, для гнева;
- ▶ цветные клубочки пряжи разного размера. Разматывая и сматывая клубочки, дети овладевают приемом саморегуляции;
- ▶ мешочки настроений.



Обучение детей бесконфликтному общению



- ▶ игры «Эмоциональный цветок», «Кубик настроения»
- ▶ «Коврик дружбы», «Коробочка для примирения»
- ▶ стенд «Мое настроение»
- ▶ «Книга доброты»



Стул настроения

служит для того, чтобы сидя на нем не более 5 минут, ребенок мог вспомнить забытые им правила поведения. Например, что игрушки мы не отнимаем, а ждем, когда другой ребенок положит ее на место после того как поиграет и т. д.



Стульчик примирения



Самое главное: стул не должен быть наказанием для детей.

Повышение самооценки



- **«Коробочки добрых дел»**
- **«Почётный стул»**
- **Волшебные предметы:** плащ, башмачки, шляпа волшебника, волшебная палочка, дудочки, короны, веера, цветик-семицветик, башмачки, шкатулки, волшебные коробочки, «Волшебные бобы» и т. д.
- Служат для повышения самооценки тревожных, неуверенных в себе детей, помогают воспитателю вместе с детьми совершать чудесные путешествия и превращения, сделать общение с дошкольниками сказочным, насыщенным приятными сюрпризами, причем не только во время занятий, но и в свободной игровой деятельности.

Дидактические игры по изучению ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ

- «Что такое хорошо? Что такое плохо?»,
- «Мои чувства»,
- «Чувства и эмоции»,
- «Угадай эмоцию»,



В центре уединения можно расположить пейзажи





Желаю творческих успехов!