Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Леснополянская начальная школа им. К.Д. Ушинского»

Ярославского муниципального района

Методическая разработка

на тему «Уголок уединения»

воспитатель высшей квалификационной категории

Абрамова Я.А.

р-п Лесная поляна

2024г.

Детский сад — первый социальный институт ребёнка. Здесь он постоянно находится в коллективе, вне зависимости от своих мыслей, настроения и переживаний. Вместе с тем одна из задач современного дошкольного учреждения — обеспечение эмоционального благополучия воспитанников. Содействовать этому должна развивающая среда. В каждой групповой комнате воспитатель обустраивает особое место, где дошкольник может побыть наедине с собой, расслабиться, выплеснуть негативные эмоции. Называется такая зона уголком уединения. В группе создан уютный уголок уединения, в котором каждый ребенок может отдохнуть и расслабиться. Интересный дизайн из ярких ленточек и вуали, приглушенный свет создает ощущение защищенности и спокойствия, но в то же время помогает дошкольникам обрести уверенность в себе и дает им ощущение безопасности.

В уголке уединения ребята играют в спокойные игры, занимаются творческой деятельностью, тихо общаются или просто отдыхают от шума. Предметная среда в уголке носит развивающий характер (а не только красивые и милые вещицы, которые приятно потрогать и рассмотреть), побуждает дошкольников к самосовершенствованию и творчеству.

Воспитатель периодически меняет атрибуты для игр, однако некоторые вещи присутствуют постоянно: это даёт ребёнку ощущение стабильности. Уголок уединения безопасен для ребенка, воспитатель через ленточки и вуаль всегда может видеть, чем занимается ребенок.

Основной **целью** создания уголка уединения в группе является преодоление эмоционального дискомфорта дошкольников.

**Задачи:**

1. Создание благоприятного микроклимата в группе ДОУ.

2. Обучение детей способам выражения гнева приемлемым способом.

3. Обучение детей приемам регуляции своего настроения.

4. Повышение самооценки тревожных и застенчивых детей.

5. Обучение детей бесконфликтному общению друг с другом.

6. Сплочение детского коллектива.

Хотим познакомить вас с нашим «домом», «Домиком» или «Центром уединения и релаксации дошкольников». И научить им пользоваться для решения ваших профессиональных задач.

Кто бы мог подумать, что такая простая вещь, как «Уголок уединения» может решить массу сложных задач в дошкольном образовании. В нашем учреждении мы решили дать новую жизнь этому простому в исполнении инструменту, который поможет активировать познавательную и творческую активность детей дошкольного возраста.

В «Домике» можно быть самим собой, не таиться от других и стать знаменитым актёром, или превратиться в морскую раковину или поговорить по прямой линии с президентом!

Сейчас расскажем на практике как пользоваться этим инструментом и каждый из вас сможет создать определённый чек-лист, по которому вы сможете сделать свой уникальный инструмент для работы, направленный для решения ваших, конкретных задач.

Вам представит три кейс-бокса из многих. Если в конкретном кейсе вам захочется что-то взять себе на заметку просто запишите ее себе и у вас получится индивидуальный чек-лист по созданию «Домика».

Итак, приступим….

**Кейс бокс №1, для релаксации и саморегуляции:**

Данный кейс-бокс состоит из нескольких видов дидактических игр

Итак, давайте разберём их:

**«Игрушечный телефон»** - для чего он необходим?

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, облегчение адаптационного периода.

Описание: с помощью игрушечного телефона ребенок может совершать воображаемые звонки маме или папе.

**«Коллекции морских ракушек, шишек и пуговиц»** - каким образом мы применяем эти коллекции в контексте релаксации и саморегуляции?

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, расслабление, развитие воображения.

Описание: если ребенок испытывает психоэмоциональное напряжение, то ему можно предложить поиграть в уголке уединения с камушками, ракушками или пуговицами выкладывая на разные узоры.

**«Коробочка для криков»** - что мы можем сложить туда?

Цель: обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях. Снижение психоэмоционального напряжения, избавление от негативных эмоции.

Описание: коробочка для криков с крышкой, в которой ребёнок может оставить свои нехорошие слова и мысли. Когда ребенок выговорится, он плотно закрывает коробочку и прячет её. Все негативные эмоции в этой коробочке исчезают навсегда.

**«Цветные клубочки» Какие ассоциации возникают у вас?**

Цель: обучение способам саморегуляции, снижение психоэмоционального напряжения.

Описание: если ребенок расшалился, или испытывает негативные чувства, можно предложить ему сматывать нитки в клубок, это поможет ему успокоится. Действия с пряжей можно сочетать с чтением стихотворения или пением песенки.

**«Подушка-плакушка»**, как вы думаете для чего она нужна?

Цель: помогает восстановить психическое равновесие (сменить состояние торможения, угнетения на более позитивное) и эмоциональное состояние ребёнка.

Описание: время от времени поплакать хочется каждому человеку, независимо от пола и возраста – нередко это происходит и с детьми дошкольного возраста, для этого была придумана «подушка-плакушка». Подушка сшита из ткани нейтрального цвета с принтом «кошка». Обняв такую подушечку, ребенок может поделиться с ней своим настроением.

Игровая ситуация: если у ребёнка грустное настроение, и он хочет поделиться этим с другими, рассказать, в чём причина, или просто хочет, чтоб на него обратили внимание и пожалели, он берёт эту подушку. Тогда совместно с другими детьми мы подходим к ребенку, узнаем причину и пытаемся оказать посильную помощь, чтоб вернуть ребёнку весёлое настроение: говорим ласковые слова и улыбаемся, успокаиваем и смешим, делимся игрушками и т.д.

Когда к нему возвращается весёлое настроение, ребёнок возвращает подушку на место.

**«Зеркало эмоции» Чем нам может помочь зеркало?**

Цель: улучшение настроения, закрепление знаний детей об эмоциях.

Описание: если у ребёнка плохое настроение, можно предложить ему сесть перед зеркалом, в уголке уединения, посмотреть на себя внимательно и улыбнуться. Настроение обязательно улучшится. Воспитатель может предложить ребенку игру «Угадай эмоцию», «Изобрази эмоцию».

**Второй кейс-бокс, который мы вам раскроем - это игры, для повышения самооценки.**

**«Волшебные палочки»**

Цель: повышение самооценки тревожных и не уверенных в себе детей. Снятие у ребенка чувства скованности, зажатости.

Описание: с помощью волшебной палочки, ребенок перевоплощается в разных героев, тем самым поднимая настроение себе и другим детям.

**«Коробочка добрых дел».**

Каждый ребёнок может положить в неё фишку, если он считает, что совершил хороший поступок. Это пробуждает и стимулирует у детей желание «творить добро».

**«Почётная подушка»**

Цель: повышение самооценки

Описание: каждый ребенок может посидеть на подушке, которая по волшебству добавляет силы, мудрости, знаний и пр.

**Третий кейс-бокс для коммуникативного развития, включает в себя:**

**«Дидактические игры»**

Цель: развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Описание: дидактические игры: «Угадай эмоцию», «Хорошие и плохие поступки», «Эмоции в сказках», «Мои чувства», «События и эмоции».

Ребёнок может самостоятельно поиграть в настольную игру на обогащение эмоциональной сферы, например, распределить на 2 группы карточки с изображениями хороших и плохих поступков.

**«Коврик дружбы»**

Цель: развитие коммуникативных навыков, обучение детей бесконфликтному общению. Развитие навыков сотрудничества.

Описание: это небольшие коврики, красиво оформленные, сделанный своими руками. Поссорившиеся дети становятся на них и разрешают конфликт, мирятся используя мирилки.

**«Ласковое солнышко»**

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Описание: если ребёнок рассердился или слишком расшалился, педагог предлагает ему поиграть в уголке с лучиками игрушечного солнышка — ленточками, накручивая их на палочку. Это также могут делать одновременно 2 поссорившихся ребёнка: они играют с ленточками, одновременно говоря друг другу добрые слова.

**«Коробочка со сказками»**

Цель: развитие коммуникативных навыков, творческих способностей.

Описание: ребенок может самостоятельно сочинять и выкладывать сказку на панно, а может пригласить для игры друзей и разыграть сказку по ролям. Разыгрывая сказку, неуверенный ребенок может брать на себя главные роли, тем самым повышая свою самооценку.

**У нас много чего ещё интересного есть в домике смотрите за следующими выпусками!!!**