

Памятка «Уголок уединения в детском саду»

В настоящее время всё больше внимания уделяется проблеме эмоционального благополучия ребёнка. Для маленького человека нет ничего важнее эмоционального благополучия – без него не сложится гармоничная личность. Эмоциональное благополучие обеспечивает дошкольнику высокую самооценку, формирует самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт. Поэтому одной из главных задач взрослых, является обеспечение ребёнку состояния эмоционального благополучия. Большую роль в эмоциональном благополучии ребёнка играет окружающая среда.

В Федеральном государственном образовательном стандарте (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г.) определена задача: «...охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия» (п.1.6.). Одно из требований к РППС: «...развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения» (п.3.3.2. ФГОС ДО)

Уголок уединения в детском саду необходим, ведь он обеспечивает возможность уединения ребенка во время длительного пребывания среди большого числа сверстников. Это важный момент, позволяющий предупредить чрезмерное возбуждение ребенка, ведущее к утомлению его нервной системы. Эффективность преобразования группового пространства и взаимодействие с ним, значительно усиливаются, если в этом процессе принимают участие сами дети.

Уголок уединения в детском саду должен быть небольшого размера. Он, скорее, напоминает небольшой домик, норку, в которой ребенок переживает стресс, неприятные эмоции, расслабляется, а затем снова идет навстречу коллективу. Цвета, используемые в уголке, должны быть пастельных оттенков, спокойными, не кричащими. Ребенок в нем должен отдыхать, а не дополнительно раздражаться агрессивными яркими тонами.

При этом ребенок может самостоятельно проявить желание отправиться в уголок уединения, а может пойти туда по подсказке воспитателя: если педагог видит, что малыш чувствует себя дискомфортно, зажато или, напротив, ведет себя вызывающе, агрессивно.

Изготовить такой мини-домик можно **разными способами:**

1. С помощью прозрачных штор.





2. С помощью цветных лент.





3. С помощью ширм.





4. В палатках, домиках.



Уголок уединения может быть оснащен *следующими атрибутами*:

- диванчик, кресло, пуфик, подушки напольные
- столик, этажерка
- телефон
- маленькие подушечки
- пособия с изображением эмоций (кубик, карточки, банки и т.д.)
- образные игрушки
- альбомы с фотографиями, фотографии в рамках
- картины, книги
- дидактические игры, шнуровки
- мирилки
- шумящие коробочки
- подушки для битья, коробочки «Спрячь все плохое», стаканчики для крика и т.д.

Уголок уединения, как правило, наполняют предметами, к которым ребенок испытывает теплые чувства, которые ему близки. Рекомендуется положить в него фотографии родных и близких, игрушечный телефон, по которому можно "позвонить" маме с папой.

Обязательный атрибут — подушки, на которые малыш сможет прилечь и отдохнуть. Как вариант, послушать плеер с расслабляющей музыкой (шум воды, дуновение ветра, пение птиц, звуки дождя).

Помимо мягких подушек, желательно «населить» игрушками.

Если позволяет форма уголка, его расположение, на стену можно повесить пейзажи, обладающие терапевтическим эффектом.

Всем известно, что сильным умиротворяющим свойством обладает вода, именно поэтому различные световые и шумовые водопады также займут достойное место в «нише уединения».

Очень полезны дидактические игры, различные шнуровки, пластилин — все то, что способно отвлечь внимание дошкольника на некоторое время.

К нестандартному оборудованию можно отнести и так называемые «уголки настроения», помогающие ребенку проработать и отпустить свои негативные эмоции:

- «Доска настроения»

Каждый ребенок в группе, при желании, может нарисовать на этой доске свое настроение, эмоции, переживаемые чувства и пр. Кроме того, дети могут рассмотреть иллюстрации, изображающие разные эмоции, поразмышлять и выбрать себе ту картинку, которая соответствует его текущему настроению.

- «Зеркало моего настроения»

Если у ребёнка плохое настроение, можно предложить ему сесть перед зеркалом, в уголке уединения, посмотреть на себя внимательно и улыбнуться. Настроение обязательно улучшится.

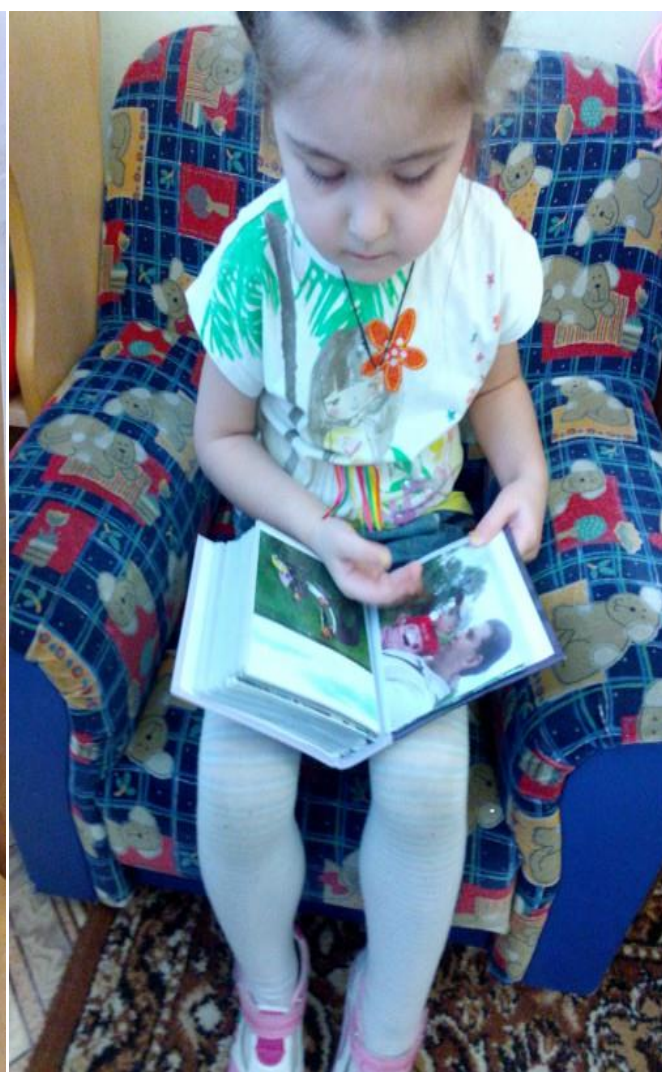
Отдельная категория игрушек и пособий может быть направлена на то, чтобы ребенок выплеснул негативные эмоции. С этим отлично справятся подушки для битья, коробочки «Спрячь все плохое», стаканчики для крика, которые

представляют собой красиво оформленный темный стакан. Если ребенок проявляет агрессию, воспитатель предлагает ему отойти в уголок уединения и оставить все нехорошие слова и мысли, всю свою злость, гнев в этом стаканчике. После чего ребенок имеет возможность выговориться, а стаканчик затем плотно закрывается и прячется. «Коврик злости» помогает детям избавиться от возникшего внезапно чувства гнева. Он представляет собой обыкновенный коврик для прихожих с шероховатой поверхностью или связанный из грубых ниток, с небольшими разноцветными бантиками на нем. Ребенок снимает обувь, заходит на такой коврик и вытирает ножки до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться.

Содержимое уголка периодически обновляется, однако какие-то предметы должны находиться в уголке постоянно. Это придаст ребенку чувство уверенности, постоянства.

Варианты наполнения уголков уединения.







В уголке есть сумочка, в которой находятся клубки из ниток, вязанные подушечки, лоскутки кожи и др. Эта сумочка приходит на помощь, когда дети расшалились или рассердились очень сильно. В таком случае мы можем предложить детям поиграть в нитки или перекладывать содержимое. Иногда взрослый предлагаем ребёнку «порисовать» нитями. Ребёнок прокатывает клубок по однотонной ворсистой поверхности (плотная ткань, бархатная бумага и т. д.), клубок разматывается, оставляя за собой натянутую линию. С ее помощью можно рисовать.



На стене размещены фотографии, отображающие грустное, спокойное, веселое, озорное настроение. Под фотографиями следы рук, при помощи которых дети перемещаются от одной фотографии к другой, от одного настроения к другому, передавая изображенную на нем эмоцию.



В уголке уединения находится кукла, в руках которой – шкатулка 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».



«Смайлики», «Бабочки» - дети смотрят на них и отвлекаются от своих переживаний.

В памятке использованы фотографии с интернет-сайтов.