

Подготовила:
Машина Ю.А., старший
воспитатель МБДОУ «Детский
сад №1» г. Усолье-Сибирское

Рекомендации воспитателям ДОУ по оформлению уголка уединения

Поскольку нервная система дошкольника развивается, его психическое состояние весьма неустойчиво. Малыша легко удивить, развеселить, обидеть. Педагог должен уметь регулировать детскую эмоциональную сферу. Ведь, как утверждают психологи, подавление эмоций способно спровоцировать невроз в его различных проявлениях. Ребёнка ни в коем случае нельзя стыдить и тем более наказывать за проявление чувств (гнева, страха, бурное веселье и т. п.), поскольку он не умеет их контролировать в силу своего возраста.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка – это одна из значимых задач, которую решают педагоги ДОУ, где важную роль играет развивающая предметно-пространственная среда.

ФГОС ДО указывает:

- 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. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, **вариативной**, доступной и безопасной.

1) 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.

4) Вариативность среды предполагает: наличие в Организации или Группе различных пространств (для игры, конструирования, **уединения** и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей.

«Уголок уединения» в группе - это зона, благодаря которой у детей появится возможность расслабиться, устранить беспокойство, возбуждение, скованность, сбросить излишнее напряжение, восстановить силы, увеличить запас энергии, почувствовать себя защищёнными.

«Уголок уединения» - это место, где ребёнок может побыть наедине с собой, поиграть с любимыми игрушками, рассмотреть интересную книгу, семейные фотографии или просто помечтать.

«Уголок уединения» необходим, ведь он обеспечивает возможность уединения ребенка во время длительного пребывания среди большого числа сверстников.

Позволяет педагогам ориентироваться:

- на личностное своеобразие каждого ребенка;
- на установление доверительных, партнерских отношений;
- заботу об эмоциональном благополучии.

Основной целью организации уголка уединения в группе является - преодоление эмоционального дискомфорта дошкольников.

Задачи:

- создать положительный эмоциональный микроклимат в группе;
- сформировать позитивное отношение ребенка к сверстникам и взрослым;
- организовать систематическую работу по нормализации и развитию эмоциональной сферы детей;
- способствовать сплочению детского коллектива, формируя позитивные дружеские отношения в группе;
- способствовать комфортной организации режимных моментов;
- обеспечить индивидуальный подход, свободу выбора и волеизъявления, ориентируясь на зону ближайшего развития каждого ребенка.

Особенности организации уголка уединения

Первое, с чего следует начать – это рассказать детям о возможности появления в группе такого уголка. Обсудить с детьми внешний вид уголка, его наполнение (предлагать варианты для выбора детьми). Затем, необходимо в дальнейшем вовлечь детей в оформление уголка.

Цвет:

- Это место должно быть привлекательно для ребёнка, но в то же время **не рекомендуется** использовать в оформлении слишком яркие цвета. Они должны быть пастельных оттенков, спокойными, не кричащими. Ребенок в нем должен отдыхать, а не дополнительно раздражаться агрессивными яркими тонами.

Размер:

Уголок не должен быть слишком большим по размеру (ведь ощущение уюта и спокойствия ребёнку даёт именно миниатюрный домик, шатёр или палатка).

При общем оформлении уголка уединения ориентироваться **на возраст** воспитанников.

Так, в младшем дошкольном звене будет актуален дизайн «Норка» — небольшое пространство с маленьким входом, которое подарит ребёнку ощущение уюта и безопасности. Там малыш сможет отсидеться или отлежаться в компании плюшевых игрушек, которые можно обнять (в 3–4 года очень важен тактильный контакт) и других предметов.

На пол обязателен мягкий коврик и красочные подушки, или уютное детское кресло, можно использовать мягкие модули.

Желательно «населить» уголок мягкими игрушками (при этом важно выбрать такие игрушки, которые **можно легко постирать**)

Ребенок может самостоятельно проявить желание отправиться в уголок уединения, а может пойти туда по подсказке воспитателя: если педагог видит, что дискомфортно, напротив, ведет себя вызывающе, агрессивно.

Для среднего и старшего возраста подойдет дизайн «Шатёр». Домик уже будет более высоким и объёмным. Место маленького круглого входа занимают занавески или ширма. Мягких игрушек здесь уже гораздо меньше (а может и вовсе не быть). Оформление такой зоны даёт возможность воспитателю проявить всё своё творчество и фантазию. Шатёр может трансформироваться в сказочную пещеру, дом гномика, солнечную комнатку, подводное царство и т. д. Возможно размещение пейзажных картин, размещение различных световых и шумовых водопадов.

Безусловно, необходимо позаботиться и о безопасности детей. Так, ни в коем случае нельзя размещать в уголке мелкие, острые и бьющиеся предметы, краски и другие химические средства. Необходимо предусмотреть "окошко" - для того, чтобы в отдельных случаях педагог, не беспокоя малыша и не нарушая его личного пространства, убедился в его безопасности и хорошем самочувствии.

Примерное оснащение «уголка уединения»

<u>В раннем и младшем возрасте:</u>	<u>Средний дошкольный возраст:</u>	<u>Старший дошкольный возраст:</u>
<ul style="list-style-type: none"> - сухой бассейн; сухой душ; - мягкие подушки или мягкая мебель; - сенсорные игрушки (часто применяются в период адаптации); - фотоальбомы с семейными фотографиями; - телефон «Позвони маме». Ребенок может «позвонить маме» и поговорить с ней - материалы для песочной и водной терапии; - любимая вещь мамы; - пищащие игрушки. 	<ul style="list-style-type: none"> - мягкие модули; - фотоальбомы с групповыми и семейными фотографиями; - коврик злости; - стульчик доброты (или иной предмет); - стул для размышлений; - груша для битья, поролоновые подушки; - мишени, мешочки с крупой для метания; - коллекции морских ракушек, магнитов. - цветные клубочки пряжи разного размера; - массажные мячи - «ежики»; - дидактическая игра «Собери бусы» и др. - бутылочки с гелем для душа (можно развести глицерин с водой), в которых плавают бисер, новогодняя мишура. <p>Когда ёмкость переворачивается, то элементы красиво опадают вниз — наблюдение за этим успокаивает нервную систему.</p>	<p>Добавляются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - набор бумаги для разрывания; - ведерки для страхов (дети рисуют свои страхи и избавляются от них, выбрасывая их в ведерко); - 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. - светильники-ночники - подушки - «плакушки», подушки-«думки» - дидактические игры

Материалы для обучения агрессивных детей способам выражения гнева в допустимой форме

Игрушки и пособия уголка направлены на то, чтобы ребенок смог выплеснуть все свои негативные эмоции.

- Груша (подушки) для битья и боксерские перчатки,
- поролоновые подушки, «Подушки с упряжками»,
- мишени, мешочки с крупой для метания,
- стаканчик, кувшин или горшок для крика,
- панно для метания мяча, дартс с магнитными дротиками.
- «Коврик злости»,
- коробочка или мешочек гнева «Спрячь все плохое»,
- коробочка «Попробуй, порви» (набор бумаги для разрывания).

Материалы для обучения детей умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции.

Помогут детям успокоиться, расслабиться, снять мышечное напряжение:

- Аудио, видеозаписи (шум моря, звуки леса, музыка для отдыха, релаксации),
- «Мешочки настроений»,
- «Коробочки добрых дел»,
- Игры для дыхательной разминки,
- Стул для размышлений,
- Массажные мячи – «ежики» (массажеры).
- Игры с песком, водой.

Игры для развития мелкой моторики (нанизывание, перебирание по форме, по цвету):

- цветные клубочки, игрушки-самоделки для заплетания, перекручивания, завязывания,

- Тактильные, сенсорные коврики.
- «Тактильные мешочки»,
- волшебный пластилинчик,
- камушки для переключивания из одной коробочки (емкости, в другую);
- дидактическая игра «Собери бусы»,
- емкости с фасолью, горохом, гречневой крупой, разноцветными пробками, пуговицами.

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.

Эмоционально-развивающие игры, направленные на обучение детей бесконфликтному общению

Очень важна проблема общения детей, их умение понимать друг друга, различать настроение своего товарища, приходить на помощь и др.

- Игры и пособия, направленные на формирование навыков общения и взаимодействия, а также на эмоциональное развитие:

- «Азбука настроения», «Коврик дружбы»,
- дидактические игры: «Что такое хорошо? Что такое плохо?», «Мои чувства», «Чувства и эмоции», «Угадай эмоцию», «Эмоции в сказках», «Найди друзей», «Как поступают друзья»,
- шкатулка с маленькими человечками,
- «Подушка примирения», «Коробочка примирения»,
- «Доска, календарь, дерево настроений», «Зеркало эмоций», «Театр эмоций», - оборудование для совместных игр и игр драматизаций».

«Куб настроения», на каждой стороне которого изображена определённая эмоция. Дошкольник выбирает ту, которую он чувствует в данный момент или хотел бы почувствовать. Аналогичное пособие — «Цветок эмоций».

«Книга доброты». Это альбом с изображениями только добрых сказочных и мультяшных героев, сюжетными картинками со сценами хороших поступков.

«Подушка-обнимушка». Если подушка для битья даёт выход отрицательным эмоциям, то этот вариант позволяет ребятам поделиться своим настроением, рассказать о своих мечтах. Для этих целей можно использовать куклу (желательно мягкую тряпичную).

Бесконфликтное общение

Само наличие «коврика мира» в группе побуждает детей отказаться от драк, споров и слёз, заменив их, обсуждением проблемы друг с другом. При возникновении конфликтных ситуаций, драк, ссор или споров дети должны зайти на этот "коврик" (самодельный, красиво оформленный коврик) и решить свой конфликт с помощью «Коробочки Мирилки» и книжки –

раскладушки со стихами – мирилками.

«Коробка примирения» - коробка с отверстиями с двух сторон, дети вставляют руки ижимают их друг другу. «Коврик дружбы» и «Коробочка для примирения» помогают поссорившимся детям в забавной форме помириться друг с другом и после такого примирения дети ссорятся гораздо реже.

Дидактические игры по изучению эмоциональных состояний:

- «Чувства и эмоции»,
- «Как поступают друзья»,
- «Угадай эмоцию»,
- «Найди друзей»,
- «События и эмоции»,
- «Мои чувства»,
- «Эмоции в сказках».

Фотоколлажи «Калейдоскоп эмоций» с использованием фотографий, где дети или члены семьи проявляют свои эмоции в различных ситуациях, с использованием художественного оформления (стихов, вырезок из газет и т. д.).

«Маски настроения»- маски, изображающие разное настроение.

«Книга доброты» - альбом с размещёнными только добрыми сказочными, мультипликационными героями, сюжетные картинки, где изображены сцены хороших поступков.

Наличие материала, направленного на повышение самооценки для тревожных, неуверенных в себе детей

«Коробочки добрых дел». «Добрая корзинка», куда дети складывают «зерна добра», полученные от воспитателя за совершенное доброе дело, будь то поднесенный стул для девочки или помощь товарищу при одевании и другие хорошие поступки. Воспитатели вместе с детьми в конце недели подводят итоги, и фотографии детей, у которых больше всех «зерен добра», попадают на «Дерево добра» - своеобразную доску почёта. Это помогает повысить уровень самооценки у неуверенных в себе детей, воспитывает такие нравственные качества, как взаимовыручка, доброта, отзывчивость.

- Подиум, медали
- «Сонные игрушки»

- «Полянка радости»
- Пальчиковый театр
- «Почётный стул»
- Волшебные предметы.

Повышение самооценки

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.

Наличие материала для обучения детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям.

- «Твистер», «Гусеница», «Веселый коврик».

- Игра «Твистер». Тесное переплетение рук и ног сплачивает детей и позволяет им быть ближе друг к другу.

Выводы:

1 Для полноценного развития ребенка большое внимание следует уделять его эмоциональной сфере.

2 В основе нашей педагогической деятельности должна лежать уверенность в том, что каждый ребенок имеет право быть таким, какой он есть, и у каждого ребенка достаточно потенциальных сил для того, чтобы развиваться и быть счастливым.

3 Каждый ребенок, приходя в детский сад, должен иметь возможность в любое время (при необходимости) проработать свои негативные эмоции и избавиться от них.

Именно поэтому очень важно, чтобы в группах создавались специальные зоны уединения, где ребенок будет чувствовать себя комфортно и безопасно и сможет избавиться от негатива посредством специально отобранного педагогом оборудования.

Стоит отметить, что содержимое уголка следует периодически обновлять, однако некоторые предметы должны находиться в уголке постоянно. Это будет придавать ребенку чувство уверенности и постоянства.

Предметная среда в уголке должна носить развивающий характер (а не только красивые и милые вещицы, которые приятно потрогать и рассмотреть), побуждать дошкольников к самосовершенствованию и творчеству.

Необходимо создать правила нахождения в уголке уединения. Например, пока идут песочные часы. Либо это будут символические картинки, которые дети будут класть в кармашки, прикреплять магнитом и т.п.

ПОМНИТЕ!!!! Педагог обстоятельно знакомит атрибутом и пособием, демонстрирует ним. Ведь именно от этого зависит эффективность деятельности дошкольника в уголке уединения.

Рекомендации по оформлению паспорта уголка уединения (пример):

Паспорт уголка уединения «Уголок тишины»

Цель: Уголок уединения применяется для достижения релаксации и отдыха. Он способствует умственному развитию детей, гармонизирует эмоциональный фон, возбуждает интерес к исследованию.

Материал для уголка подобран с учётом его основного назначения, а именно:

- для психологической разгрузки воспитанников;
- обучение способам выражения гнева в приемлемой форме;
- обучение дошкольников умению владеть собой в различных ситуациях, приёмам саморегуляции;
- обучение детей бесконфликтному общению;
- повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;
- обучение дошкольников навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.

В нашей группе уголок уединения изготовлен в виде шатра, который позволяет детям «спрятаться» от внешнего мира, посекретничать.

Важнейшая составляющая зоны отдыха — наполняющие её предметы.

Для релаксации и снятия напряжения. Обязательный атрибут — мягкие подушки, на которые ребёнок может прилечь и отдохнуть. При этом, ребёнок может послушать аудиозапись с релаксирующей расслабляющей музыкой, например шум воды, пение птиц, шелест листьев, дуновение ветра.

Мягкие игрушки различных размеров, которые используются для систематической игры детьми после занятий или в период проявления негативных эмоций (после конфликтов, ухода родителей и т. п.) служат средством релаксации, мешочек настроения, а так же альбом с изображением любимых добрых героев, фотоальбом с групповыми и семейными фото.

Добавили картины с изображением природы, с помощью липучек присоединили на общий фон отдельные элементы (насекомых), красивый настольный фонтан-светильник.

Тактильные игрушки в нашем уголке уединения используются для успокоения детей, отвлечения их от грустных мыслей, негативных эмоций.

Он включает в себя: массажные мячики, тактильные мешочки, шумовые коробочки, сухой бассейн из крупы, всевозможные мелкие игрушки. Для детей мы используем калейдоскопы, фонарики с изображением игрушек.

Также размещена корзинка с клубочками разноцветных ниток. Их цель успокоить расшалившихся детей, научить их одному из приёмов саморегуляции. Сматывая яркую пряжу в клубки, ребёнок успокаивается.

Ребята в уголке уединения могут выполнить знакомую им пальчиковую или дыхательную гимнастику, сделать себе точечный массаж. Всё это способствует расслаблению и улучшению эмоционального состояния. В уголке уединения дети играют в спокойные игры, занимаются творческой деятельностью, тихо общаются или просто отдыхают от шума.

Пробывание в уголке уединения позволяет им расслабиться, восстановить силы, а интересные игры помогают развивать мелкую моторику.

Предметы для выражения негативных эмоций.

Здесь располагается коврик «злости», вытирая ноги, о который дети могут потоптаться и избавиться от плохого настроения. В гневе дети выбрасывают всю свою «злость и обиду». Так же используется стаканчики

(кружки «Кричалки») для крика, «Стаканчик гнева». Это красиво оформленный стакан с крышкой, в котором ребёнок может оставить свои нехорошие слова и мысли. Как известно, вместе с криком у человека выходят наружу отрицательные эмоции. Чтобы не создавать шума и не пугать других детей, ребёнку предлагается покричать в такую кружку. Когда малыш выговорится, он плотно закрывает стакан и прячет его или вытряхивает в мусорное ведро.

Для обогащения эмоциональной сферы в уголке размещены различные дидактические игры по изучению эмоциональных состояний. Например, такие игры, как «Хорошие и плохие поступки», «Как поступают друзья», «Угадай эмоцию», «Найди друзей», «Мои чувства», «Эмоции в сказках». Каждая игра подбирается в зависимости от ситуации. Если мы видим, что ребёнок чувствует себя некомфортно, то сначала пытаемся мягко выяснить причину его состояния. И только потом, предлагаем ребёнку поиграть в ту или иную игру.

В уголке уединения имеется «Зеркало эмоций», которое привлекает детей и помогает им понимать собственные эмоции, эмоциональные состояния других, способствует овладению средствами эмоциональной выразительности.

Немаловажный атрибут уголка уединения, целью которого является научить детей разнообразным способам примирения после ссоры

–«Коробочка Мирилка». Поссорившиеся дети засовывают с разных сторон руки в чудо-коробочку, находят друг друга и произносят разные стихи – мирилки.

«Островок примирения». Это небольшой коврик, красиво оформленный, сделанный своими руками. Поссорившиеся дети становятся на него и разрешают конфликт, мирятся.

Педагог обстоятельно знакомит воспитанников с каждым атрибутом и пособием, демонстрирует способы взаимодействия с ним. Ведь именно от этого зависит эффективность деятельности дошкольника в уголке уединения.

Содержимое уголка периодически обновляется, однако, какие-то предметы находятся в уголке постоянно. Это придает ребенку чувство уверенности, постоянства.

В основе педагогической деятельности должна лежать уверенность в том, что каждый ребенок имеет право быть таким, какой он есть, и у каждого ребенка достаточно потенциальных сил для того, чтобы развиваться и быть счастливым.