

Уголок психологической разгрузки

В каждой группе детского сада созданы специальные уголки «психологической разгрузки».

Цель: 1. Обучение детей владеть собой в различных ситуациях (саморегуляция)

2. Обучение общению, решению конфликтов

3. Зона психологической разгрузки

4. Повышение самооценки, снятие тревожности, повышение уверенности в себе

5. Обучение социально приемлемым способам поведения

6. Обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде

При входе в группу расположен уголок настроений, благодаря чему ребята могут выразить свое эмоциональное состояние, которое может меняться в течение дня.

Оснащение психологического уголка

Назначение	Материалы
Зона для психологической разгрузки	Уголок для уединения (палатка, диванчик и т.д.), мягкая мебель, «Стул размышлений», «Воспоминание о лете»- ракушки, цветочки и т. д., фотоальбомы с групповыми и семейными фотографиями, « Мамины ладошки»- - <i>варежки сшитые маминими руками</i> , мягкие игрушки
Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме	поролоновые подушки, стаканчики для крика, мишени, «Подушка злости», «Копилка плохого настроения», «Агрессивный коврик» - <i>колючий</i>
Обучение детей умению владеть собой в различных ситуациях, приёмам саморегуляции	Аудио-видео записи (<i>шум моря, звуки леса, музыка для отдыха, релаксации</i>), цветные клубочки, волшебные предметы (<i>шляпа, плащ, палочка, баумачки и т.д.</i>), игры с песком, водой, крупами, пуговицами, «Мешочки настроений» - <i>мешочек хорошего настроения, мешочек плохого настроения,</i>

	«Коробочки добрых дел».
Обучение детей бесконфликтному общению с помощью эмоционально-развивающих игр	«Азбука настроений», «Коврик дружбы», настольные, дидактические игры: «Что такое хорошо? Что такое плохо?» и т.д., шкатулка с маленькими человечками, «Подушка примирения», «Коробочка примирения», «Остров примирения», «Коврик примирения», «Доска настроений».
Повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей	Подиум, стенд - «Герой дня», медали, «Сонные игрушки», «Подушка-сплюшка», «Почётный стул»,
Обучение детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.	«Гусеница», «Весёлый коврик».