



Проект: «Уголок уединения».

Автор: О.Г.Ожогина
Учитель сельскохозяйственного
труда

**Если ты устал дружок,
Заходи в наш уголок,
Ведь в уголке
уединения
Исчезнут все твои
волнения!**



**Основной целью организации
уголка уединения в классе
является – создание условий
личного пространства для
формирования
психологической
стабильности ребёнка и
преодоление его
эмоционального**



Задачи:

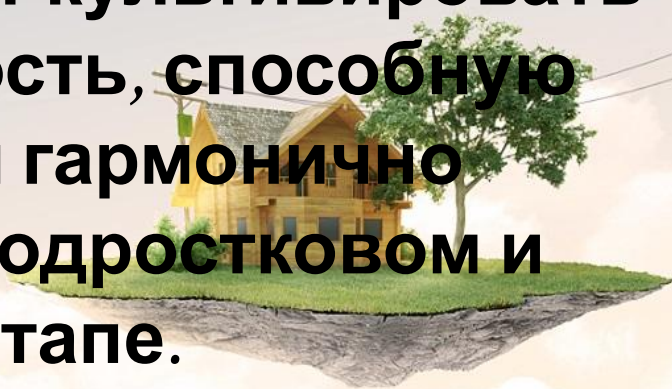
- ✓ предупредить непомерное возбуждение детей, ведущее к утомлению их нервной системы;
- ✓ создать положительный эмоциональный микроклимат в классе;
- ✓ сформировать позитивное отношение детей к сверстникам и взрослым;
- ✓ организовать систематическую работу по нормализации и развитию эмоциональной сферы детей;
- ✓ способствовать сплочению детского коллектива, формируя позитивные дружеские отношения в классе;
- ✓ способствовать комфортной организации режимных моментов;
- ✓ обеспечить индивидуальный подход, свободу выбора и волеизъявления, ориентируясь на



**Детство – это этап,
который имеет
большое значение для
развития чувств.**



- ❖ В отношениях с родителями человек учит основам желаний и знания как вести себя социально. Если эмоциональные связи между родителями и детьми продвигаются положительно, на взрослой стадии эти дети придут с чувством безопасности сами по себе.
- ❖ Семейные связи, созданные с самого раннего возраста, будут культивировать и генерировать личность, способную любить, уважать и гармонично сосуществовать на подростковом и взрослом этапе.
- ❖ Когда человек не выражает своих чувств или делает это неадекватно, его



**Эмоции – это
внутренние
переживания
человека.**



Признаки психоэмоционального напряжения у детей:

- **Проявление упрямства;**
- **Усталость после незначительной нагрузки;**
- **Беспокойство, непоседливость;**
- **Рассеянность, невнимательность;**
- **Беспричинная обидчивость, плаксивость или повышенная агрессивность;**
- **Отсутствие уверенности в себе, выражающая в частом поиске**



Упрощённо, эмоции можно разделить на

Две группы

Позитивные
эмоции:

- повышают активность, энергию, жизнедеятельность, вызывают подъём, бодрость благодаря усилению работы сердечной системы,

- Негативные*
эмоции:
- снижают активность, угнетают жизнедеятельность (эти эмоции могут стимулировать развитие невротизма, разрушать здоровье детей).
 - Эмоции разрушения – гнев, злоба, агрессия.
 - Эмоции страдания – боль, страх, обида.



Уголок психологической разгрузки – это пространство, организованное таким образом, что находящийся в нем ребенок ощущает:

- ✓ **покой**
- ✓ **комфорт**
- ✓ **безопасность**

Пребывание в таком уголке

- ✓ **снимает стресс**
- ✓ **улучшает психофизическое состояние**
- ✓ **создаются необходимые условия для сохранения психологического здоровья каждого ребёнка**
- ✓ **ребёнок может расслабиться, устранить беспокойство, возбуждение, скованность, сбросить излишки напряжения, усталость, восстановить силы, увеличить запас энергии, почувствовать себя защищённым. Снять агрессивное состояние, повысить настроение.**



Особенности организации уголка уединения:

- ✓ **Цвет:** это место должно привлекать ребёнка, цвета, используемые в уголке, должны быть спокойными, некричащими, пастельных оттенков
- ✓ **Размер:** должен быть небольшого размера, напоминать небольшой домик, норку, шатёр, в котором ребёнок сможет переждать свой стресс, неприятные эмоции, расслабиться, а затем снова пойти навстречу коллективу



Рекомендованное наполнение уголка уединения:

- ✓ альбом с карандашами и красками;
- ✓ игрушечный телефон, по которому можно понарошку позвонить маме с папой;
- ✓ на стену можно повесить пейзажные картины, обладающие терапевтическим эффектом;
- ✓ красивые подушки, на которые ребенок сможет прилечь отдохнуть;
- ✓ плеер с расслабляющей музыкой (дуновение ветра, шум воды, пение птиц, звуки дождя);
- ✓ мягкие игрушки;
- ✓ дидактические игры;
- ✓ шнуровки;
- ✓ пластилин и т. П;
- ✓ коробочки – мирилки;
- ✓ игрушки антистресс;
- ✓ кинетический песок;
- ✓ набор бумаги для разрывания;
- ✓ цветные клубочки пряжи разного размера (разматывание и сматывание клубочка, дети овладевают приёмом саморегуляции);
- ✓ груша для бития;
- ✓ светильник с плавающими в нём элементами.



Стандартный набор

оснащения уголка:

- ✓ Детское кресло, кубики для сидения;
- ✓ Тюлевый ламбрекен или занавес из атласных лент («сухой дождь»);
- ✓ Столик, полочки;
- ✓ Лампа или светильник;
- ✓ Пейзажные картины на стенах;
- ✓ Дидактические игры, пластилин, и т.п. – всё то, что

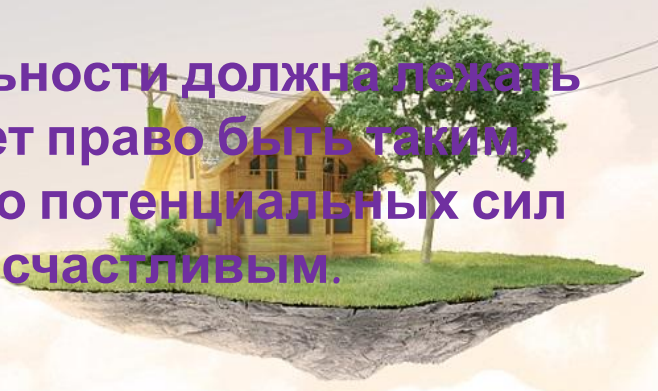


Важно помнить!

Все игры и предметы не должны храниться в уголке постоянно, вся атрибутика периодически меняется, обновляется и пополняется по мере необходимости.

эффективность работы уголка уединения, зависит от того, насколько дети осведомлены о предназначении уголка, его оснащённости и умении пользоваться атрибутами. Поэтому детей знакомят с уголком сразу после его организации, предлагают осмотреться, опробовать. По мере внесения нового атрибута, детям демонстрируют различные способы манипулирования с ним.

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



Финансовые затраты:

№	Наименование	Количество	Цена, руб.	Стоимость, руб.
1	Мячики анти стресс	3		
2	Светильник	1		
3	Фоторамки -А4	6		
	-А5	6		
4	Обои (кирпичи с зелёной)	1		
5	Пластелин	3		
6	Цветные карандаши	3		
7	Непроливайка	3		
8	Кисточка	3		
9	Фломастеры	3		
10	Гуашь	3		
11	Альбом	3		
12	Кинетический песок	2		
13	Цветные клубки пряжи (5 цветов)	5		
14	Самоклеящуюся бумагу (зелёная, жёлтая)	2		
	ИТОГО:			









**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**

