

Уголок психологической разгрузки детей 1 младшей группы



- Стульчик – обнимашка
- Цель: доставить детям удовольствие, радость, хорошее настроение на весь день., а так же в течении дня дети сидят на нем

материал бязь-
2м-150 руб=300руб

Синтепон –
1м-150руб=150руб

Перчатки -



Домик «уединения»

Детям очень нравится идея уединения. Действительно, очень сложно в течении практически 10 часов находится в большом коллективе. У всех детей разный характер. некоторым просто необходимо побыть в уединении. Была подобрана классическая музыка, звуки природы, шум моря, журчание ручейка, которые могут успокоить ребёнка .



Подушечки- сплюшечки

- Ткань бязь 1м-150 руб
- Синтепон -1м -150 руб



"Коробочка примирения»

Цель: Научить детей разнообразным способам примирения после ссоры.

Оборудование: Яркая коробочка с дырками со всех сторон разнообразной формы.

Ход игры:

Поссорившиеся дети просовывают руки с разных сторон коробочки, внутри находят друг друга, здороваются и мирятся, произнеся разные стихи-мирилки.

Мирюсь мирюяя
я больше не дерусь.

Пальчик за пальчик крепко
возьмемся раньше дрались
а теперь ни почем не
дерись.



"Мешочки настроений"

Цель: обучение детей в приемлемой форме избавляться от плохого настроения.

Оборудование: два мешочка. Один из светлого материала. Это мешочек радости, хорошего настроения, улыбок, веселья и т. д. Второй мешочек из темного материала - мешочек плохого настроения.

Ход игры:

Выяснив, у кого из детей плохое настроение, воспитатель предлагает им воспользоваться мешочками. Дети развязывают шнурки, "складывают" свое плохое настроение, злость, обиды в мешочек с плохим настроением и тщательно завязывают шнурок. Потом развязывают шнурок на мешочке с хорошим настроением и берут оттуда хорошее настроение, улыбки, смех, радость.



Игры с пуговицами,
песком, водой, крупами
облегчают навыки
саморегуляции.,
релаксации



Цветные
клубочки пряжи
разного размера.
Разматывая и
сматывая
клубочки, дети
овладевают
приемом
саморегуляции.



Массажные мячики
"ежики". Мы обучаем детей
разным способам катания
мячиков в ладонках, по
внешней и внутренней
стороне рук. Такая игра с
"ежиком" помогает ребенку
снять мышечное
напряжение и успокоиться.



Если ребенок на кого-то злится или обижен он может высказать свою обиду в Баночку для крика и ему станет легче.

