**Психологический уголок в группе детского сада**

Располагается в групповой комнате, оснащен игровым материалом, который можно применять на занятиях и в свободной игровой деятельности.

**Цель**: профилактика психоэмоционального напряжения, укрепление психофизического здоровья дошкольников. В психологическом уголке дети обучаются приемам саморегуляции, приемлемым формам выражения агрессии, навыкам коммуникативного взаимодействия.

1. **Зона для психологической разгрузки:**

* **Уголок для уединения (шатер, палатка и т.д.)**

Это место в группе, где ребенок ощущает себя в безопасности, здесь он может побыть наедине с собой, успокоиться и расслабиться, поиграть с любимым предметом или игрушкой, рассмотреть интересную книгу или просто помечтать.

 

* Мягкие игрушки
* Фотоальбомы с групповыми и семейными фотографиям



**2.Материалы для обучения агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме:**(помощь детям справиться с отрицательными эмоциями, снять напряжение, выплеснуть накопившуюся энергию)

* боксерская груша
* куклы «Би-ба-бо»
* поролоновые подушки (подушки для битья)
* стаканчики для крика
* дротики, мишени

**3. Материал для обучения детей умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции:**

* Аудиозаписи (шум моря, звуки леса, музыка для отдыха,

релаксации)

* Цветные клубочки
* Волшебные предметы (шляпа, плащ, палочка, башмаки и т.д.)
* «Мешочки настроений», подушечки «Радости» и «Грусти»
* «Коробочки добрых дел»
* Игры с песком, водой, крупами, пуговицами

**4. Эмоционально-развивающие игры, направленные на обучение детей бесконфликтному общению:**

* «Коврик дружбы» (обучение стратегии разрешения конфликтов в группе с помощью переговоров и дискуссий)
* Шкатулка с маленькими человечками
* «Подушка примирения»
* «Коробочка примирения»

**5. Материал, направленный на повышение самооценки**

**для тревожных, неуверенных в себе детей:**

* Медали
* «Сонные игрушки»

 **6. Материалы для обучения детей навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде:**

* «Твистер»
* «Парашют»
* «Гусеница»

**Источники:** О.В. Будникова, А.М. Колосова. Как организовать работу с детьми в психологическом уголке.

**Информацию подготовила**: педагог-психолог Л.И. Кочнева