

Консультация для педагогов «Уголок настроения»

Подготовил
педагог – психолог Клещевская Ю.А.

Настроение – это эмоциональное состояние, которое оказывает воздействие на деятельность. Настроение может стать прекрасным мотивом, побуждая к действию, а может стать тормозом и помехой. Если взрослый человек может контролировать свои переживания, то маленькому ребенку сделать это просто невозможно.



Чтобы управлять своим настроением, нужно уметь выделять главные эмоции. А для этого нужно учить детей отслеживать свое настроение и оценивать его.

Уголки настроения нужны для развития и укрепления психологического благополучия детей. В основе уголков настроения визуализация. Другими словами, здесь делается видимым то, что невидимо. Поэтому уголок психологической разгрузки будет эффективен только в том случае, если в нем достаточно реальных предметов, которые можно потрогать, пощупать и использовать. А вот назначение этих предметов очень оригинально. Каждая игрушка, подушка и коробочка имеют особый смысл.

Что может быть в уголке настроения:

- **Стенд «Здравствуй, я пришел» и/или «мое настроение».** Для стенда можно использовать магнитную доску, коврограф или обычные демонстрационные панели и наборы смайликов или пиктограмм. Фотографии детей с утра развернуты, и каждый ребенок, придя в детский сад, поворачивает свою фотографию, как бы сообщая: «я пришел». Здесь же можно добавить смайлик: «Я пришел вот с таким настроением». В течение дня, настроение меняется, и ребенок может в любой момент сообщить об этом с помощью смайлика или пиктограммы.
- **Уголок уединения** - домик уединения: палатка, шатер, шторы над креслом или диванчиком, ширма. Эти предметы дают возможность отделить от общей группы маленькое пространство, где малыши могут

помечтать, посеCRETничать, посмотреть картинки – главное, побыть в одиночестве. Здесь должно быть тепло и уютно: мягкий коврик, подушки, игрушки, книжки, мягкие кубики – все должно быть для успокоения и релаксации.

- ***Место для снятия стресса***

Дети не должны прятать в себе плохое настроение, дайте возможность вывести негативные эмоции. Для этого помогут простые, но волшебные вещи:

- ✓ **«Агрессивный коврик» (коврик злости)** - обычный резиновый коврик, на котором дети могут потоптаться, можно использовать массажные коврики и топтаться на них, сняв обувь.
 - ✓ **«Подушки – колотушки»** - мягкие подушки, мягкие поролоновые молоточки, легкие шарики (помпоны), резиновые мячики – предметы, которые можно побить, постучать, сжать в руках, кинуть.
 - ✓ **«Мешочек для крика»** - «баночка-кричалка», «ведро для гнева», «шкатулка гнева», «мешочек Злючка» - это могут любые предметы, которые могут прикрыть рот ребенка, так как в них он будет громко кричать или дуть, выдувая свои обиды или злость.
- ***Вещи для примирения*** - «подушки-мирилки», «варежки дружбы» и т.п.
 - ***Дидактический материал «Эмоции»*** - картинки «Чувства и эмоции», «Мемо эмоции», «Лица и эмоции», «Собери эмоцию», кубик эмоций и др. С помощью этих пособий дети могут познать мир чувств и эмоций, а правильное понимание эмоций – шаг к контролю над собой.

Цель уголка настроения:

отслеживание эмоционального состояния ребенка для повышения эффективности воспитательного воздействия и оказания своевременной коррекции и полноценной поддержки развитию личности ребенка.

Задачи:

- диагностировать эмоциональное состояние ребенка для корректировки силы и интенсивности воспитательного воздействия через наглядные варианты фиксации полученных данных;
- учить детей определять свое эмоциональное состояние;
- развивать эмпатийные способности ребенка (способность постигать эмоциональное состояние свое и другого человека);
- воспитывать эмоциональную отзывчивость и сопереживание.
- организовать систематическую работу по коррекции и развитию эмоциональной сферы детей;

- обеспечить индивидуальный подход к психологическим особенностям каждого ребенка.

Описание содержания уголка (по возрастным группам)

В разных возрастных группах используются вариативные формы ведения и оформления уголков настроения.

группа раннего возраста (2-3 года).

Уголок настроения может быть представлен в варианте «Здравствуй, я пришел». Для родителей уголок не демонстрируется.

Задачи: Формировать положительный эмоциональный настрой на посещение детского сада.

младшая группа (3-4 года).

Вводится новая форма – «Уголок настроения». При обозначении настроения используются предметные символы (например, «солнышко» желтого цвета – веселое настроение и «тучка» синего цвета – грустное настроение).

Задачи: Учить определять свое настроение исходя из двух противоположных состояний: «веселое» и «грустное».

средняя группа (4-5 лет).

При обозначении настроения можно вводить пиктограммы – схематические изображения условных лиц с соответствующей мимикой. Даются термины, обозначающие определенное настроение и демонстрируются соответствующие пиктограммы. Понятие «пиктограмма» не дается. Предлагается детям определение трех вариантов эмоциональных состояний. Дети определяют только свое эмоциональное состояние.

Задачи: Учить использовать понятие «спокойное» настроение (в дополнение к используемым со II младшей группы).

старшая группа (5-6 лет).

Вводятся цветовые обозначения настроения. Понятия о соответствии выбранного цвета определенному настроению не дается.

Задачи:

Учить использовать понятие Радостное, Веселое, Спокойное, Удивленное, Грустное, Злое настроение.

Привлекать детей для определения настроения другого человека (можно учить определять настроение другого ребенка, взрослого человека, включая воспитателя)

подготовительная группа (6-7 лет).

При обозначении настроения можно использовать прием «привлечение мнения другого ребенка»: Саша, определи, какое сегодня настроение у Димы?

Задачи:

Закреплять полученные ранее знания и умения.

Отслеживание устойчивости / неустойчивости эмоционального состояния детей и общего фона настроения группы.

Способы поддержки детской инициативы

Взрослые поддерживают детскую инициативу в процессе работы с уголком настроения:

- поддерживают стремление детей проговаривать свои желания, чувства, мысли;
- поддерживают стремление дать определение своему настроению;
- предлагают выбрать цвет своего настроения или соответствующую ему пиктограмму;
- помогают поместить свою фотографию в выбранное место на экране настроения;
- предоставляют право сомневаться в своем выборе, право на изменение решения;
- предоставляют право обращаться за разъяснениями к взрослому и другим детям.

Методические рекомендации

Время работы.

Фиксация настроения в уголке ведется ежедневно по приходу ребенка в детский сад.

С детьми, определяющими свое настроение как негативное, проводятся беседы и работа по формированию позитивного отношения к событиям, повлиявшим на снижение эмоционального фона ребенка.

Основные требования к уголкам настроения.

Уголок настроения должен находиться на уровне глаз ребенка.

Внесение изменений в уголок настроения производится самим ребенком.

При определении настроения используются как цветовые, так и пиктограммные изображения. Возможно их одновременное использование.

В оформлении уголка настроения недопустимо использование более 3-х цветовых вариантов (за исключением цвета настроения).

Цвета настроения вводятся одновременно с соответствующим определением:

Красный	счастье	счастливое
Желтый	веселье	веселое
Зеленый	покой	спокойное
Синий	грусть	грустное
Фиолетовый	тревога	тревожное
Коричневый	обида	обиженное
Черный	злость, гнев	злое, гневное

Ожидаемый результат

В результате систематической работы с уголками настроения дети смогут:
определять свое эмоциональное состояние;
обозначать его с помощью наглядных средств;
определять эмоциональное состояние других детей;
использовать разные способы для улучшения своего эмоционального фона и другого ребенка.

Педагоги смогут:

обеспечить эмоциональное наполнение жизни ребенка;
оказывать детям помощь в осознании эмоций;
научить его отслеживать свое эмоциональное состояние и правильно его оценивать;
научить ребенка управлять своим настроением.

Литература

1. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет/ сост. Н.Д.Денисова.- Волгоград: Учитель, 2013. – 202 с.
2. Крюкова С. В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 2000. – 208 с.
3. Люшер Макс Цвет вашего характера.- Пер. с англ.- М.: «РИПОЛ КЛАССИК», «Вече», 1997. – 240 с.