**Игры с детьми раннего возраста, обеспечивающие психологический комфорт.**

Консультация для родителей.

На современном этапе развития общества актуализируется проблема психологического здоровья дошкольников. Давно доказано, что психологическое состояние напрямую связано и непосредственно влияет на физическое состояние.

Для ребенка раннего возраста характерны эмоциональная неустойчивость, импульсивность, яркость проявления эмоций. Все это определяет основную направленность психологической работы с малышами – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в их регуляции.

Забота о сохранении и поддержании психологического здоровья с самого раннего детства является одной из важных задач таких социальных институтов, как семья и учреждения образования.

Задача обеспечения эмоциональной релаксации, снятия эмоционального напряжения, развитие положительных эмоций у детей в нашей группе решается в центре психологической разгрузки при помощи различных игр и манипуляций с песком, водой и крупой.

Особое значение использования воды, песка и сыпучих материалов в качестве психопрофилактического средства мы придаем в период адаптации детей к детском саду, с **целью** создания наиболее благоприятных и оптимальных условий для адаптации малышей к детскому саду. Исходя из потребностей детей, посещающих наше ДОУ, мы ставим перед собой следующие **задачи**:

* создать атмосферу психологического комфорта и эмоционального благополучия;
* обеспечить индивидуальный подход к психологическим особенностям каждого ребенка (гиперактивность, агрессия, тревожность, застенчивость)

Назначение психологического уголка:

* *Создание зоны психологической разгрузки*:

домик для уединения, фотоальбомы с групповыми фотографиями, мягкие, музыкальные игрушки, контейнеры для игр с песком, водой , «коврик дружбы»

* *Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме:*

поролоновые подушки, стаканчики, варежка для крика, барабан на «коврике дружбы», мягкие варежки, чтобы успокоить непослушные ручки. Также игры с водой, песком, крупами, заводные игрушки, игрушки-гремелки помогают снять напряжение.

* *Обучение общению, решению конфликтов*

Проектируя наш уголок с учетом  особенностей,  возможностей и интересов детей, мы особое значение уделили созданию коммуникативной среде, стимулирующей развитие общения и взаимодействия, формирующей социальный опыт воспитанников: «беседушка-диванчик», «коврик дружбы», коробочка-мирилка, сердце примерения, пазлы « Что такое хорошо и что такое плохо», домик с сюрпризами, столик для совместных игр

* *Повышение самооценки, снятие тревожности, повышение уверенности в себе :*

мягкие игрушки, «добрая подушка», «сонные игрушки», мишка, рассказывающий сказки, светильник с плавающими рыбками, сенсорные мешочки и тактильные шарики с разными наполнителями, массажные ванны для рук, наполненные фасолью и горохом (дети с большим удовольствием играют в таких ванночках, одновременно познавая форму, цвет, величину предметов), природный материал, тесто, столик для одного, аудиозаписи (шум моря, голоса птиц, животных, спокойная музыка, которая положительно влияет на стабилизацию эмоционального фона )

* *Для гиперактивных детей:*

«коврик дружбы», развивающий кубик, игры с тестом, водой, песком, природным материалом (мини-фермы).

Детки увлекаются, начинает понемногу вырабатываться усидчивость.

Такие игры можно предлагать детям дома.

Сейчас мы пройдём в наш психологический центр и попробуем с помощью простых игр отдохнуть, успокоиться после работы, поднять настроение.

Подготовила Игнатова Л.А.