



**Психолого-педагогическое сопровождение  
участников образовательных отношений**  
*(Сборник психолого-педагогических  
программ)*

**Комитет по делам образования города Челябинска**  
Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«**Центр развития образования города Челябинска**»

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Сборник психолого-педагогических  
программ

Челябинск  
2024

УДК 159.9  
ББК 88

**П-86 «Психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений»** : Сборник психолого-педагогических программ – Челябинск, 2024. – 228 с. Под редакцией Потаповой А. А., Ледковой О. Ю.

В сборник включены психолого-педагогические программы победителей и призеров муниципального этапа конкурса психолого-педагогических программ в образовательной среде в 2023/2024 уч. г., разработанные с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012, федеральных государственных образовательных стандартов общего образования, а также профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».

Представленные в издании практики реализации психолого-педагогических программ описывают основные принципы, научные подходы, ключевые позиции и актуальные практические задачи психолого-педагогического сопровождения участников образовательных отношений.

Сборник адресован руководителям и специалистам Служб практической психологии образования, педагогам-психологам образовательных организаций, педагогам системы подготовки психолого-педагогических кадров образовательных организаций, слушателям курсов повышения квалификации.

УДК 159.9  
ББК 88.

© МАУ ДПО ЦРО, 2024

## Содержание

<b>РАЗДЕЛ 1. Профилактические психолого-педагогические программы.....</b>	<b>5</b>
<i>Аркаева Н. И., Соловьева А. А., Краснопеева А. П., Бабкина Е. И.</i> Программа профилактической и коррекционно-развивающей работы по результатам социально-психологического тестирования.....	5
<i>Меньшаков К. В., Уланова Е. А.</i> Программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся выпускных классов образовательных организаций «Стабилизация психоэмоционального состояния подростков в предэкзаменационный период».....	32
<b>РАЗДЕЛ 2. Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся.....</b>	<b>47</b>
<i>Амамбаева М. В.</i> «Волшебные сказки». Программа психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся».....	47
<i>Легошин И. В.</i> Программа психолого-педагогического сопровождения и оказания адресной психологической помощи детям, прибывшим с территорий ЛНР, ДНР и Украины.....	67
<i>Тимощук Е. А.</i> Коррекционная программа «Развитие саморегуляции поведения и деятельности обучающихся подросткового возраста с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».....	75
<b>РАЗДЕЛ 3. Развивающие психолого-педагогические программы...</b>	<b>86</b>
<i>Прокопцева В. Ф.</i> Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Формирование Soft-skills-компетенций».....	86
<i>Кияшко Е. В.</i> Программа по развитию толерантности «Дорогою добра» для учащихся 5-9 классов специальной коррекционной общеобразовательной школы для детей с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальные нарушения)	109
<b>РАЗДЕЛ 4. Образовательные (просветительские) психолого-педагогические программы.....</b>	<b>122</b>
<i>Хажиева А. Ф.</i> Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа успешного родителя».....	122
<i>Переступняк Н. В.</i> Программа практикума для родителей «Школа родительского успеха»	142
<i>Бородулина Н. А.</i> Программа профилактики эмоционального выгорания у педагогов «Второе дыхание».....	149

<b>РАЗДЕЛ 5. Профилактические, коррекционно-развивающие, развивающие, просветительские психолого-педагогические программы сопровождения воспитанников дошкольных образовательных организаций (в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья), их родителей (законных представителей) и педагогов.....</b>	<b>172</b>
<b><i>Летягина Е. Н.</i></b>	
Развивающая психолого-педагогическая программа для детей 4-5 лет «Любознайки».....	172
<b><i>Жабыко Н. М.</i></b>	
Программа индивидуальной работы с ребенком старшего дошкольного возраста (в том числе с ОВЗ) по коррекции страхов «Победи свой страх».....	195
<b><i>Проконова Т. Н.</i></b>	
Просветительская психолого-педагогическая программа взаимодействия родителей и ДОУ «Школа счастливого родителя».....	211

# РАЗДЕЛ 1. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

## Программа профилактической и коррекционно-развивающей работы по результатам социально-психологического тестирования

*Аркаева Н. И.,  
педагог-психолог, к. псих. н., методист;  
Соловьева А. А.,  
педагог-психолог,  
Краснопеева А. П.,  
педагог-психолог,  
Бабкина Е. И.,  
заместитель директора по безопасности  
МАОУ «Лицей № 67 г. Челябинска»*

### Пояснительная записка

Рост отклоняющего поведения среди молодежи в российском обществе актуализирует потребность в определении «зон риска» в развитии личности подростка и повышении эффективных превентивных мер, направленных на предупреждение рискованного поведения среди школьников.

Рискованное поведение в научной литературе характеризуется активностью человека, которая направлена на удовлетворение психологических, биологических, физиологических и социальных потребностей, связанных с повышенным риском.

Продолжительную часть времени подросток находится в школе, поэтому возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности, а именно за формирование у них навыков безопасного поведения, начиная с начальной школы.

Стремление детей и подростков быть принятым, вопреки своим интересам, убежденность в приемлемости для себя отрицательных примеров, склонность к риску и действиям под влиянием внешних обстоятельств и эмоций, низкий уровень контроля и управления своим поведением является предпосылкой возникновения рискованного поведения у обучающихся. Социально-психологическое тестирование обучающихся позволяет диагностировать риски и прямые опасности указанных феноменов.

Рискованное поведение часто заканчивается неблагоприятным исходом для здоровья и жизни подростков, в том числе с самоповреждающим и суицидальным поведением.

К формам рискованного поведения относятся:

– аддиктивное поведение – наркомания, алкоголизм, интернет и компьютеромания, адреналиномания.

– деструктивное и аутодеструктивное поведение, не связанное с аддикциями – суицид, буллинг, расстройства пищевого поведения.

– поведение, связанное с деструктивным характером социальных групп и объединений – интернет-среда и социальные сети, вовлечение в организации экстремистского содержания, в частности АУЕ, «Колумбайн» (запрещенные организации на территории Российской Федерации), автономный скулшутинг, вовлечение в деструктивные культы.

Деятельность педагогов должна быть направлена на смещение интересов детей и подростков от проявлений в поведении неконструктивного риска в сторону конструктивного положительного интереса, что позволит сформировать у них социально одобряемое поведение, которое, в свою очередь, будет способствовать их успешной социализации и самореализации.

Настоящая программа коррекционно-развивающей работы по результатам социально-психологического тестирования разработана с целью профилактической работы с обучающимися, вошедшими в группу риска по итогам социально-психологического тестирования (далее СПТ). Применение СПТ является основой для выстраивания работы в лицее по основным направлениям профилактики: аутоагрессивное / суицидальное поведение, аддиктивное / зависимое поведение, агрессивное поведение, вовлеченность в экстремистские организации / компании.

**Цель программы:** организация профилактической и коррекционно-развивающей работы с обучающимися, вошедшими в группу риска и латентную группу по итогам социально-психологического тестирования (далее СПТ).

**Задачи программы:**

– Проведение дополнительной диагностики обучающихся, вошедших в группу риска и латентную группу по итогам социально-психологического тестирования и определения необходимости, направлений профилактической или коррекционно-развивающей работы для каждого из учащихся.

– Организация коррекционно-развивающей работы с рискогенной группой обучающихся по результатам социально-психологического тестирования;

– Планирование и реализация совместно с педагогами превентивных мероприятий по профилактике возникновения социальной дезадаптации, аддикций и девиаций поведения.

**Целевая группа.** Первичная профилактика по формированию безопасного и рискованного поведения проводится со всеми обучающимися лицей. По результатам СПТ групповая форма профилактической работы проводится с обучающимися 7-11-х классов.

Индивидуальная коррекционно-развивающая форма работы проводится с обучающимися, имеющими высокий и высочайший уровень вероятности вовлечения в зависимое поведение по соотношению факторов, предрасполагающих к первой пробе (факторы риска) и факторов, удерживающих от совершения первой пробы (факторы защиты). Это учащиеся, демонстрирующие по результатам СПТ латентную или явную рискогенность условий.

## **1. Общие положения**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта и на основании нормативных правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями и дополнениями).

3. Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» (с изменениями и дополнениями).

4. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

5. Письмо Минобрнауки России от 29.09.2017 № МД 1197/06 «О концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде».

### **Методологические и методические основания программы**

1. Концепция культурно-исторической теории Л. С. Выготского. Высшие психические процессы в онтогенезе последовательны, закономерны и неразрывно связаны друг с другом. Высшие психические функции и связанные с ними коммуникативные навыки подростков формируются в социальной деятельности (в первую очередь в ведущей), интериоризируются в процессе реальной практики социального взаимодействия.

2. Современные положения в области педагогической психологии с его ориентированностью на гармоничное развитие личности в образовательном пространстве (Б. С. Братусь, А. Е. Личко, П. И. Сидоров); теоретические исследования, изучающие современные проблемы аддиктивного поведения подростков (Э. Е. Бехтель, В. С. Битенский, Т. А. Донских, В. Ю. Завьялов и др.); идея о связи суицидального поведения подростка с другими девиациями (Л. И. Постовалова, Э. А. Чомалян и др.).

3. Исследования Д. Б. Элькониной, М. И. Лисиной, Л. И. Божович. Ученые утверждали представление о ребенке как о личности, формирующейся и развивающейся в отношениях с окружающими взрослыми и сверстниками.

#### **Ожидаемые результаты программы:**

- снижение факторов риска, вызывающих формирование аддикций;
- изменение отношения к своему здоровью; выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания вести здоровый образ жизни;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;
- формирование у подростков представлений об общечеловеческих ценностях и личной ответственности за свое поведение.

**Материально-техническое обеспечение реализации программы:** учебный кабинет, наглядный и раздаточный материал для игр; канцелярские принадлежности для творческих работ; компьютер; мультимедийный проектор.

#### **В программе используются следующие понятия и термины:**

**Отклоняющееся (девиантное) поведение** – социальное поведение, не соответствующее имеющейся норме или набору норм, принятых значительной частью людей в группе или сообществе.

**Социально-психологическое тестирование** – это психодиагностическое обследование, позволяющее выявлять исключительно психологические факторы риска возможного вовлечения в зависимое поведение, связанные с дефицитом ресурсов психологической устойчивости личности.

**Группа риска** – категория детей и подростков, более других склонны совершать аморальные или уголовно-наказуемые поступки.

**Стремление к риску** – побуждение к созданию, поиску, повторению ситуаций, прямо или потенциально опасных для жизни, с целью получения от этого удовольствия.

**Факторы риска** – факторы, повышающие вероятность дебюта аддиктивных форм поведения или закрепляющие и поддерживающие паттерны поведения, характерные для различных форм рискованного поведения.

**Плохая приспособляемость, зависимость** – отсутствие активного приспособления и самоизменения во всех свойствах и качествах, применительно к изменяющимся или новым условиям социокультурной среды, использование пассивных и преимущественно регрессивных стратегий поведения.

**Адаптация** – процесс физического и психологического привыкания ребенка к новым социальным условиям в рамках учебного учреждения и переход к систематическому школьному обучению.

**Дезадаптация** – психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социопсихологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации. Различают патогенную, психическую, социальную дезадаптацию детей и подростков.

**Суицид** – намеренное лишение себя жизни. Это реакции человека на проблему, кажущуюся непреодолимой, жестокость окружающих, отчуждение, смерть близких, серьезная физическая болезнь, наркомания и т.д.

**Фрустрация** – психическое состояние, возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствия достижению цели.

**Склонность к делинквентности** – склонность, стремление к совершению асоциальных, осознанных, волевых, конкретных деяний отдельным лицом или группой лиц, обладающих деликтоспособностью, за которое предусмотрена определенная юридическая ответственность. Таким образом, за деликтом (правонарушителем) признается обладание им правоспособностью, дееспособностью и деликтоспособностью.

**Сензитивность** – повышенная чувствительность человека к происходящим событиям, обычно сопровождается повышенной тревожностью, боязнью новых ситуаций, людей, всякого рода испытаний.

**Принятие родителями** – поведение и отношение родителей, формирующее у обучающегося чувство любви, теплоты человеческих отношений, способствующее формированию психологического благополучия личности.

**Самоконтроль поведения** – способность управлять своими эмоциями и действиями, противостоять случайным внешним стимулам или спонтанным внутренним импульсам, сдерживать себя и вести себя адекватно обстоятельствам или социальной ситуации. Обычно самоконтроль поведения противопоставляется импульсивности.

**Ассертивность (assert – утверждать)** – уверенное поведение, умение постоять за себя в межличностных отношениях, защищая свои права и уважая права других (я важен, вы важны, мы важны). Отсутствие ассертивности может помешать человеку достичь цели и снизить его самооценку.

## **2. Содержание программы**

2.1. Этапы и алгоритм реализации профилактической и коррекционно-развивающей работы по результатам социально-психологического тестирования (СПТ)

### **1. Первый этап (октябрь 2023 г.) – аналитико-диагностический**

Социально-психологическое тестирование позволяет определить, как наиболее сильные и ресурсные особенности личности обучающихся, так и особенности поведения в стрессовой ситуации, различные формы рискованного поведения. Педагогами-психологами проводится анализ результатов СПТ, как в целом по лицу, так и по каждому классу.

### **2. Второй этап (2023–2024 гг.) – коррекционно-развивающий**

Цель: формирование у обучающихся личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе, препятствующее вовлечению в зависимое поведение, связанное с дефицитом ресурсов психологической устойчивости личности.

### **3. Третий этап - контрольно-оценочный (2024 г.)**

Оценка эффективности профилактической деятельности осуществляется в течение всего учебного года всеми педагогами лица. Интенсивность профилактической работы в лице включает в себя: сохранность и динамику количества участников, вовлеченных в профилактические мероприятия (дети, педагоги, родители); восприятие профилактических мероприятий самими участниками.

### **Алгоритм выявления психолого-педагогических, личностных и социальных факторов, обуславливающих рискованное поведение подростков:**

1. Изучение индивидуально-психологических, личностных и социальных факторов, обуславливающих рискованное поведение подростков.

2. Подбор углубленного психодиагностического инструментария для выявления риска несовершеннолетних.

3. Направление к медицинским специалистам в случае выявления высокого уровня рискованного поведения.

Результатом социально-психологического тестирования являются сведения об обучающихся, которые позволяют сформировать заключения и дифференцировать учеников по степени вероятности проявлений рискованного поведения на четыре группы:

1 группа – обучающиеся, имеющие низкий уровень рискованного поведения;

2 группа – обучающиеся со средней вероятностью рискованного поведения;

3 группа – обучающиеся с высокой вероятностью рискованного поведения;

4 группа – обучающиеся с высочайшей вероятностью рискованного поведения.

## Исследуемые показатели ЕМ СПТ

### 1. Факторы риска:

- Плохая приспособляемость, зависимость (ППЗ).
- Потребность во внимании группы (ПВГ).
- Принятие асоциальных (аддиктивных) установок (ПАУ).
- Стремление к риску (СР).
- Импульсивность (ИМ).
- Тревожность (ТР).
- Фрустрированность (ФР).
- Склонность к делинквентности (ДЕ).

### 2. Факторы защиты (протективные факторы):

- Принятие родителями (ПР).
- Принятие одноклассниками (ПО).
- Социальная активность (СА).
- Самоконтроль (СП).
- Самоэффективность (СЭ).
- Адаптированность к нормам (АН).
- Фрустрационная устойчивость (ФУ).
- Дружелюбие, открытость (ДО).
- Шкала лжи (ЛЖ).

Ученики, имеющие высокие и высочайшие показатели по факторам риска могут находиться под воздействием некоторых нежелательных факторов, которые могут проявиться при неблагоприятных условиях.

### Методики, используемые педагогами-психологами для проведения дополнительной уточняющей диагностики:

#### 1. Опросник суицидального риска в модификации Т. Н. Разуваевой.

Цель: выявление группы риска на основании сочетания таких факторов как демонстративность, аффективность, уникальность, несостоятельность, социальный пессимизм, слом культурных барьеров, максимализм, временная перспектива. Важным фактором является степень выраженности антисуицидального фактора.

#### 2. Опросник детской депрессивности М. Ковач.

Цель: выявление степени выраженности депрессивности.

#### 3. Опросник уровня агрессивности Басса-Перри «ВРАQ-24».

Цель: определение общего уровня агрессивности на основе сочетания таких качеств как физическая агрессия, враждебность, гнев.

Если подросток по одной из методик относится к группе риска, необходима индивидуальная консультация для родителей и рекомендация консультации у врача психиатра. При реальной угрозе и/или подтверждения риска суицидального поведения организуется психолого-педагогическое сопровождение.

#### 4. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейна в модификации А. М. Прихожан.

Цель: определение уровня самооценки и притязаний.

5. Тест-опросник «Исследование уровня ассертивности» (модифицированный В. Капони, Т. Новак), Оценка суггестивности / Елисеев О. П.

Цель: определение выраженности ассертивности у подростков.

6. Методика «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой.

Цель: выявление степени развития осознанной саморегуляции и ее индивидуальные профили, компонентами которых являются частные регуляторные процессы.

7. Фрустрационный вербальный тест Л. Собчик.

Цель: изучение поведения индивида в ситуации фрустрации; реакций страха, тревоги, агрессии.

8. Шкала социально-ситуативной тревоги Р. Кондаша.

Цель: выявление разных видов тревожности.

9. Методика «Социометрия» Дж. Морено.

Цель: определение уровня сформированности коммуникативных навыков у учащихся, социометрический статус членов группы и индекс сплоченности.

10. Метод экспертных оценок.

Цель: коллективная экспертная оценка психолого-педагогических явлений.

*Персональные результаты социально-психологического тестирования могут быть доступны: педагогу-психологу, ребенку и родителю.*

Приоритетным направлением превентивной деятельности в лицее является **первичная профилактика**, так как ее содержание направлено на предупреждение различных негативных проявлений.

Цель первичной профилактики: предупреждение саморазрушительного поведения, формирование безопасного образа жизни.

Профилактическая работа проводится со всеми обучающимися 1-11-х классов. Данная форма профилактики предусматривает работу с несовершеннолетними, не знакомыми с действием алкоголя и наркотиков. Она включает улучшение социальной обстановки, воспитание социально-позитивно ориентированной личности, защиту законных прав и свобод детей.

Первичная профилактика осуществляется тогда, когда у детей еще нет отклоняющегося поведения, но может появиться вследствие наличия негативных факторов. На уровне первичной профилактики работают социальный педагог, педагог-психолог, а также все педагоги, участвующие в процессе воспитания и социализации обучающихся.

**Вторичная профилактика** включает комплекс мер, направленных на работу с несовершеннолетними, имеющими девиантное поведение (пропуски уроков без уважительной причины, употребление психоактивных веществ, драки, конфликты, использование нецензурной лексики и т.д.), а также с обучающимися «группы риска», выявленными в результате СПТ.

Вторичная профилактика («интервенция») предполагает вмешательство специалистов на начальных стадиях формирования аддиктивного поведения в отношении обучающихся, имеющих эпизоды употребления, направлена на недопущение усугубления личностных и социальных деформаций.

Объектом **третичной профилактики** выступает несовершеннолетний, который прекратил девиантное поведение. Цель профилактики: предупреждение рисков возобновления антиобщественного поведения.

На втором и третьем уровнях происходит разделение сферы профилактической деятельности с учетом специфики непосредственных функций участников, взаимодополнения и поддержки. Содержание и формы организации профилактики, используемые участниками, не дублируют, а дополняют друг друга, обеспечивая комплексное системное воздействие на адресные группы.

### **Стратегия и механизмы достижения поставленных целей**

Для реализации программы выбраны следующие направления:

- работа с обучающимися;
- работа с педагогами;
- работа с семьей.

По результатам тестирования проводится адресная психолого-педагогическая помощь и коррекционное сопровождение обучающихся, попавших в группу с высокой и высочайшей вероятностью рискованного поведения.

*Таблица 1*

### **Направления профилактической работы с обучающимися «группы риска»**

	<b>Группа № 1</b>	<b>Группа № 2</b>	<b>Группа № 3</b>
<b>Группы ПВВ</b>	ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)	Актуализация факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты	Редукция факторов защиты (низкие показатели) при допустимой выраженности факторов риска (высокие показатели)
Задачи профилактической работы	Освоение навыков преодоления трудных жизненных ситуаций. Повышение факторов защиты. Обучение копинг-стратегиям. Работа по изменению социальной ситуации развития	Актуализация ресурсных возможностей факторов защиты. Обучение навыкам ответственного отношения к своей и чужой жизни. Снижение импульсивности, обучение навыкам оценки риска. Работа по изменению социальной ситуации развития	Регуляция и снижение зависимости в социальном одобрении. Формирование культуры достижений, ситуаций успеха, одобрения желаемого поведения. Развитие независимости и ответственности за свою жизнь. Развитие коммуникативных навыков
Формы профилактической работы	Работа в группе: – тренинг по развитию жизнестойкости;	Работа в группе: – тренинг по развитию жизнестойкости;	Работа в группе: – тренинг по развитию жизнестойкости;

	<b>Группа № 1</b>	<b>Группа № 2</b>	<b>Группа № 3</b>
с подростками	– тренинг «Как преодолеть страх перед экзаменом»; – групповые занятия по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией; – включение подростков в социально одобряемую деятельность (волонтерство)	– тренинг коммуникативных умений; – групповые занятия по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией; – «Мои сильные стороны»	– тренинг коммуникативных умений; – групповые занятия по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией; – «Мои сильные стороны»; – Тренинг ассертивности

Составляется индивидуальная программа сопровождения несовершеннолетнего, нуждающегося в психолого-педагогической помощи (приложение 2).

### **Оцениваемые результаты**

По итогам реализации программы проводится повторная диагностика, направленная на выявление позитивных изменений в личности ребенка. Используются те же диагностические методики, по результатам которых была разработана программа.

В данной программе учтены планируемые результаты, сформулированные в ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО (приложение 3). Личностные и метапредметные результаты обучающихся оцениваются методом экспертных оценок (приложение 4).

Критерии эффективности профилактической работы:

- динамика количественных показателей результативности профилактической работы;
- включенность обучающихся группы риска в учебную и воспитательную деятельность;
- включенность обучающихся группы риска во внеурочную деятельность;
- взаимодействие образовательной организации с родительской общиной, результативность мероприятий профилактической направленности в образовательной организации;
- сетевое взаимодействие образовательной организации с субъектами профилактики.

## 2.2 План первичной профилактики рисков поведения среди обучающихся (2023/2024 учебный год)

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
<b>Работа с обучающимися</b>						
1	Психологическая диагностика обучающихся 1-х классов	Определение школьной мотивации	Педагог-психолог, кл. руководитель	Обучающиеся 1-х классов	Психодиагностика	Сентябрь
2	Профилактика буллинга	Формирование доброжелательного отношения друг к другу. Снижение уровня агрессии и враждебных реакций. Развитие навыков межличностного взаимодействия со сверстниками	Педагог-психолог, кл. руководитель	Обучающиеся 4 класса	Практическое занятие	Октябрь
3	Психологическая диагностика	Выявление уровня агрессии и враждебного отношения к окружающим	Педагог-психолог	Обучающиеся 3-х классов	Психодиагностика	Октябрь
4	Психологическая диагностика адаптационного периода первоклассников	Выявление детей, которые испытывают трудности в адаптации и нуждаются в профессиональной помощи	Педагог-психолог	Учащиеся первого класса	Психодиагностика	Октябрь

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
5	Профилактическое мероприятие «Я и закон»	Воспитание правовой культуры учащихся. Формирование представлений о видах правонарушений и мерах ответственности за них	Педагог-психолог	Учащиеся третьего класса	Практическое занятие Беседа	Ноябрь
6	Профилактическое мероприятие «Мир добра и толерантности»	Формирование толерантности и эмпатии у обучающихся. Создание благоприятного психологического климата в коллективе	Педагог-психолог	Учащиеся третьего класса	Практическое занятие Беседа	Ноябрь
7	Социометрическое исследование	Определение степени сплоченности или разобщенности между обучающимися	Педагог-психолог	Учащиеся второго класса	Психодиагностика	Январь
8	Профилактическое мероприятие «Конфликты в школе»	Обучение приемам общения, способам бесконфликтного общения	Педагог-психолог	Учащиеся второго класса	Практическое задание	Январь
9	Воспитательное мероприятие «Учебная мотивация школьников»	Формирование у детей позитивной мотивации к школе. Развитие у детей навыков самоанализа и саморефлексии	Педагог-психолог	Учащиеся второго и третьего классов	Практическое задание	Январь

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
10	Профилактика девиантного поведения	Развитие личностных качеств и социальных навыков, способствующих законопослушному поведению. Формирование ответственного поведения в группе	Классный руководитель, учителя-предметники	Ученики 5-11-х классов	Беседа, классный час	Сентябрь
11	Формирование навыков здорового образа жизни	Развитие личностных качеств и социальных навыков, способствующих ведению здорового образа жизни. Формирование ценностного отношения к своему здоровью. Формирование ответственности за свое здоровье	Классный руководитель	Обучающиеся 5-11-х классов	Беседа, классный час	Сентябрь-май
12	Развитие сплоченности в классном коллективе	Формирование благоприятного психологического климата в коллективе. Развитие умений работать в команде	Классный руководитель. Педагог-психолог	Обучающиеся 5 «В» класса	Тренинг	Январь-май
13	Профилактика буллинга «Каждый важен»	Формирование умений, необходимых для успешного взаимодействия с окружающими	Педагог-психолог	Обучающиеся 5 «А» класса	Тренинг	Январь-май

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
14	Формирование социальных навыков у обучающихся	Развитие личностных качеств и социальных навыков, способствующих толерантному и бесконфликтному взаимодействию в группе	Классный руководитель. Педагог-психолог	Обучающиеся 5-11-х классов	Тренинг коммуникативных умений	Сентябрь-май
15	Обучение наставников	Формирование коммуникативных умений	Зам. директора по учебно-воспитательной работе Педагог-психолог	Учащиеся 5-11-х классов	Лекция Дискуссии Ролевые игры	Ноябрь 2023
16	Метафорическая деловая игра «Мне б в наставники пойти» (Автор: Плотникова Т. А.)	Обучение наставников формированию учебной мотивации у наставляемых	Зам. директора по учебно-воспитательной работе Педагог-психолог	Ученики-наставники 5-11-х классов	Деловая игра Дискуссия	Ноябрь 2023
17	Психологическая готовность обучающихся к подготовке ЕГЭ и ОГЭ	Формирование адекватного реалистического мнения о ОГЭ и ЕГЭ	Педагог-психолог	Обучающиеся 9-11-х классов	Тренинг «Как преодолеть страх перед экзаменами». Рекомендации школьникам по теоретической и	Ноябрь-май

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
					психологической подготовке к экзаменам. Буклеты, памятки, брошюры	
18	Снижение стрессового напряжения в период подготовки к выпускным экзаменам	Формирование умений и навыков психофизической саморегуляции (снятие эмоционального и физического напряжения)	Педагог-психолог	Учащиеся 9-11-х классов	Тренинг Беседы Индивидуальная работа	Февраль-май
19	Фестиваль наставничества «Бумеранг добра»	Формирование умений ориентироваться в сложных ситуациях во взаимодействии с наставляемым	Педагог-организатор Педагог-психолог	Учащиеся 11-х классов	Игра-тренинг	Декабрь
20	Оптимизация социальной ситуации развития подростков (волонтерство, спорт и т.д.).	Вовлечение подростков в разнообразные виды деятельности (экологические проекты, волонтерство, спорт и т.д.).	Классный руководитель Социальный педагог Педагог-психолог	Учащиеся 5-11-х классов.	Беседа Лекция	Сентябрь-май

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
21	Развитие асертивности у подростков	Формирование навыков адаптивного и конструктивного поведения	Педагог-психолог	Учащиеся 10-11-х классов	Тренинг	Февраль-март
<b>Работа с педагогами</b>						
22	Особенности работы с детьми с поведенческими проблемами	Определение основных направлений и содержания деятельности лица по профилактике деструктивного поведения обучающихся	Классные руководители Педагог-психолог Социальный педагог	Обучающиеся начальной школы	Семинар	Октябрь
23	Адаптация обучающихся 1, 5, 10-х классов к новым условиям лица	Ознакомление педагогов с результатами диагностики. Рекомендации классным руководителям по сплочению классного коллектива	Педагог-психолог	Директор Классные руководители Педагог-психолог	Психолого-педагогический консилиум Рекомендации по успешной адаптации обучающихся	Ноябрь
24	Семинар на тему: «Техники управляемых конфликтов»	Выбор оптимальных поведенческих стратегий выхода из конфликтных ситуаций	Педагог-психолог	Директор Классные руководители	Практикум	Октябрь
25	Профилактика авитального поведения подростков	Ознакомление педагогов с причинами формирования авитального поведения подростков	Педагог-психолог	Директор Классные руководители	Просмотр фильма	Ноябрь

№ п/п	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники, на которых направлена профилактическая и коррекционно-развивающая работа	Форма проведения	Сроки
26	Психологическая готовность обучающихся к подготовке ЕГЭ и ОГЭ	Ознакомление педагогов с результатами диагностики психологической готовности к ЕГЭ и ОГЭ	Педагог-психолог	Обучающиеся 9-11-х классов	Рекомендации педагогам	Ноябрь 2023 г.
<b>Работа с родителями</b>						
27	Психологическое консультирование по результатам диагностики адаптационного периода обучающихся 1, 5, 10-х классов	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Педагог-психолог	Обучающиеся 10-х классов	Родительское собрание Индивидуальное и групповое консультирование родителей	Сентябрь-декабрь
28	Индивидуальное, семейное консультирование по вопросам воспитания детей и подростков	Ознакомление родителей с возрастными особенностями детей и подростков, созданию благоприятного микроклимата в семье	Педагог-психолог	Учащиеся 1-10-х классов	Консультирование беседа	Сентябрь-май
29	Родительское собрание «От трудностей к пониманию: семья как источник поддержки ребенка»	Интеграция воспитательных усилий семьи и школы в формировании подрастающей личности	Педагог-психолог	Учащиеся	Лекция Игра Дискуссия Обмен опытом между родителями	

Таблица 3.

**План профилактики рискованного поведения и употребления ПАВ среди обучающихся с учетом результатов социально-психологического тестирования (2023/2024 учебный год)**

№	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники	Форма проведения	Сроки
<b>Работа с обучающимися</b>						
1	Ознакомление обучающихся по результатам проведения ЕМ СПТ	Содействие развитию у обучающихся навыков рефлексии, позволяющей адекватно оценивать свои возможности	Педагог-психолог	Ученики 7-11-х классов, желающие получить результат СПТ. Ученики, попавшие по результатам СПТ в группу риска	Индивидуальное консультирование	Ноябрь – май
2	Дополнительная психодиагностика для выявления детей «группы риска»	Выявление обучающихся, нуждающихся в индивидуальной помощи	Педагог-психолог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели)	Диагностика	Ноябрь
3	Развитие жизнестойкости у подростков	Формирование навыков преодоления трудных жизненных ситуаций. Обучение копинг-стратегиям.	Педагог-психолог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов	Тренинг	Октябрь – май

№	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники	Форма проведения	Сроки
				защиты (низкие показатели)		
4	Формирование конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией	Актуализация ресурсных возможностей факторов защиты	Педагог-психолог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)	Тренинг	Январь-февраль
5	Обучение навыкам оценки риска	Регуляция и снижение зависимости в социальном одобрении	Социальный педагог, педагог-психолог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)	Практическое занятие	Октябрь – май
6	Формирование жизненных целей и ценностей	Развитие умений планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные,	Классный руководитель, педагог-психолог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное	Практическое занятие	Октябрь – май

№	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники	Форма проведения	Сроки
		выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач; осуществлять осознанный выбор своей деятельности		сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)		
7	Развитие коммуникативных умений	Развитие толерантного отношения к другим людям. Развитие навыков эффективной коммуникации в группе Профилактика буллинга	Классный руководитель, педагог-психолог Социальный педагог	Обучающиеся группы № 1; ФР – высокий; ФЗ – низкий. Неблагоприятное сочетание факторов риска (высокие показатели) и факторов защиты (низкие показатели)	Лекция. Беседа. Практикум.	Октябрь – май
8	Развитие навыков саморегуляции и самоорганизации личности	Содействие осознанию обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни	Классный руководитель, Педагог-психолог Социальный педагог	Обучающиеся 7-11-х классов	Лекция. Беседа. Практикум Классный час	Октябрь – май
9	Развитие асертивности у обучающихся	Обучение способам совладания с негативными эмоциями. Развитие социального интеллекта у обучающихся	Классный руководитель, Педагог-психолог	Учащиеся 10-11-х классов	Практическое задание	Февраль

№	Наименование мероприятия	Задачи профилактической и коррекционно-развивающей работы	Ответственные	Участники	Форма проведения	Сроки
<b>Работа с педагогами</b>						
10	Представление итогов СПТ в лицее Профилактика рискового поведения среди обучающихся в лицее	Ознакомление с результатами СПТ (общее количество обучающихся, прошедших тестирование, количество согласий), количество	Руководящий и педагогический состав лицея	Ученики, попавшие по результатам СПТ в группу риска	Семинар Рекомендации педагогам	Январь
<b>Работа с родителями</b>						
11	Индивидуальное консультирование родителей по определенным проблемам, затрагивающим конкретно его ребенка	Формирование у ребенка личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе	Педагог-психолог	Родители детей «группы риска» (по запросу)	Психологическое консультирование родителей по вопросам взаимоотношений с детьми	Октябрь – май
12	Определение роли родителей в возникновении у детей зависимого поведения	Формирование ответственного отношения родителей за воспитание своего ребенка	Классный руководитель	Родители обучающихся «группы риска»	Родительское собрание в классах или группах, где выявлен наибольший процент обучающихся с повышенной вероятностью в зависимое поведение	Октябрь – май 2023/2024 г.

## Список литературы

1. Амбрумова А. Г., Андронникова О. О. Основные характеристики подростков с самоповреждающим, виктимным поведением /О. О. Андронникова // Вестник томского государственного педагогического университета. – 2009. – № 9.
2. Авдулова Т. П. Психология подросткового возраста: учебник и практикум для вузов / Т. П. Авдулова. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 394 с.
3. Использование результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации. Методические рекомендации / Автор-составитель: Заева О. В. Под ред. Фальковской Л. П. М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2019. – 55 с.
4. Книжникова С. В., Погребная С. К. Профилактика девиантного поведения детей и молодежи в условиях образовательных организаций: Учебно-методическое пособие. Краснодар: «Новация», 2021. – 84 с.
5. Методические рекомендации «Планирование и организация системной работы с обучающимися по профилактике раннего вовлечения в незаконное потребление наркотических средств и психотропных веществ» (письмо Минпросвещения России от 20 августа 2021 г. № НН-240/07).
6. Методические рекомендации «Деятельность образовательных организаций по профилактике употребления психоактивных веществ среди обучающихся и формированию культуры здорового образа жизни» для учета в работе образовательных организаций субъекта Российской Федерации» (письмо Минпросвещения России от 29.08.23. № – 4803).
7. Тарханова Т. В. Развитие навыков критического мышления в процессе обучения дискуссии / Т. В. Тарханова // Язык и культура в условиях глобализации. – 2017. – С. 30–38.
8. Профилактика зависимого поведения обучающихся: методическое обеспечение / В. А. Горбатюк, Ю. В. Емельяненко, С. П. Козырева и др.: под общ. Ред. В. А. Горбатюк, О. С. Поповой, Минск: РИПО, 2018. – 180 с.
9. Хоменко И. Н. Психолого-педагогическое сопровождение детей с отклоняющимся поведением. Психологическая диагностика. Игровые технологии. Волгоград: Учитель. – 2018. – 85 с.
10. Яньшин П. В. Цвето-социометрия как метод социальной психологии: учеб. метод. пособие. – М-во образования Рос. Федерации. Самарский гос. пед. ун-т. – Самара: Изд-во СамГПУ, 2002. – 86 с.

## Интернет-ресурсы

11. Драганова О. А. Научно-методические аспекты психолого-педагогического сопровождения профилактической работы с несовершеннолетними [Электронный ресурс] //Вестник практической психологии образования. – 2018. Том 15. № 1. – С. 47–52. Режим доступа: [https://psyjournals.ru/journals/bpre/archive/2018\\_n1/Draganova](https://psyjournals.ru/journals/bpre/archive/2018_n1/Draganova).
12. О наркотических средствах и психотропных веществах [Электронный ресурс]: федеральный закон от 08.01. 1998 № 3-ФЗ (последняя редакция) //

Информационно-правовой портал Консультант Плюс. – 2023. Режим доступа: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_LAW\\_174371/](https://www.consultant.ru/document/cons_LAW_174371/).

13. Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 24.06.1999 43 № 120 // Информационно-правовой портал Гарант. – 2023. Режим доступа: <https://base.garant.ru/12116087/>

## Приложение 1

### Индивидуальная программа сопровождения несовершеннолетнего, нуждающегося в психолого-педагогической помощи

<b>ФИО несовершеннолетнего</b>	
Дата рождения	
Класс	
Основания разработки ИПС	Результаты тестирования Результаты дополнительной диагностики Обращение родителей Постановка на профилактический учет
Проблемы несовершеннолетнего	Пропуск уроков, употребление спиртных напитков, курение. Конфликты, трудности взаимодействия внутри семьи
Результаты психолого-педагогического обследования	В ходе психологической диагностики несовершеннолетнего были использованы следующие методы: Выявлены следующие показатели:
Общая цель работы	Снижение факторов рискованного поведения
Задачи работы	Обучение навыкам конструктивного общения со взрослыми и сверстниками. Развитие устойчивости к внешним влияниям. Развитие саморегуляции, контроля. Формирование круга социально-приемлемых интересов через вовлечение во внеурочную деятельность
Ресурсы несовершеннолетнего	
Критерии результативности работы (по показателям психологической диагностики)	Повышение показателей жизнестойкости по шкалам «принятие риска» и «контроль». Расширение круга интересов. Вовлечение в продуктивную деятельность
Сроки работы	
Педагог-психолог	

## Индивидуальная программа мероприятий (содержание)

Мероприятие, форма проведения	Планируемый результат	Ответственный специалист	Срок реализации
Проблема: Задачи:			
Проведение индивидуальных консультаций несовершеннолетнего на тему: «Я управляю эмоциями?» Или эмоции управляют мной?»	Ученик научится определять свое эмоциональное состояние в стрессовой ситуации; получит представление о том, чем для него не полезно идти на поводу эмоций	Педагог-психолог	
Проведение серии индивидуальных занятий по информированию о признаках стресса и освоению техник психологической саморегуляции	Несовершеннолетний освоит и научится применять навыки психологической саморегуляции (дыхательные техники, релаксация); научится распознавать эмоциональные «триггеры», запускающие у него конфликтное поведение	Педагог-психолог	
Включение в групповой тренинг «Развитие жизнестойкости»	Несовершеннолетний научится адекватным способам выхода из конфликтов; сформируются умения, необходимые для разрешения сложных жизненных ситуаций	Педагог-психолог	
Проведение практического занятия по освоению техники «Умей сказать «НЕТ»	Несовершеннолетний повысит уверенность в себе, освоит умение отказываться от сомнительных предложений и провокаций	Педагог-психолог Социальный педагог	
Индивидуальная консультация для несовершеннолетнего с целью информирования о возможности получения психолого-педагогической помощи (Центр ПМСС, телефон доверия, частные центры и т.д.)	Несовершеннолетний получит знания о возможностях получения психологической помощи не только в школе, но и в других организациях. Развитие навыка обращаться за помощью	Педагог-психолог	
Консультирование родителей несовершеннолетнего об индивидуальных особенностях возрастного развития подростка	Родители получают информацию о способах выстраивания бесконфликтного общения с подростком; получают эмоциональную поддержку со стороны Лицея в вопросах воспитания ребенка	Педагог-психолог Социальный педагог	

### Шкала «Факторы риска»

**Потребность в одобрении (По)** – это желание получать позитивный отклик в ответ на свое поведение. В гипертрофированном виде переходит в неразборчивое стремление угождать и нравиться всем подряд, лгать, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым (понравиться).

**Повышенный уровень характеризуется:** стремлением быть принятым, пусть даже вопреки своим интересам; зависимостью от благоприятных оценок со стороны других людей; потребностью в положительной оценке своих слов или поступков; стремлением соответствовать ожиданиям. При этом проявляется повышенная чувствительность к критике, и тяжело переносятся ситуации проигрыша. Также **высокий уровень** (крайние значения) выраженности признака может говорить о неискренности с психологом или неискренности с самим собой, когда испытуемый пытается быть кем-то выдуманым. **Высокий уровень** потребности в одобрении встречается и при протестных реакциях в отношении психологического тестирования, либо против межличностного взаимодействия как такового.

**Средний уровень (норма)** характеризуется: стремлением выглядеть в глазах окружающих адекватно (т.е. казаться таким, каким является на самом деле). Проявляется самостоятельность в суждениях о себе. Человек обращает внимание на мнение о себе других людей, если оно расходится с собственными представлениями.

**Пониженный уровень** характеризуется: уверенностью, стремлением к независимости от окружающих, не желанием быть таким «как все». Нет желания выглядеть в глазах окружающих лучше, чем есть на самом деле и тем самым может ставить себя вне социальных связей и социального одобрения. Не свойственна категоричность суждений в свой адрес.

**Низкие значения** признака могут свидетельствовать о непринятии традиционных социальных норм.

**Подверженность влиянию группы (ПВГ)** – это повышенная восприимчивость воздействия группы или ее членов, приводящая к подчинению группе, с готовностью изменить свое поведение и установки.

**Повышенный уровень характеризуется:** зависимостью от мнения и требований группы, потребностью в поддержке со стороны группы, комфортностью; несамостоятельностью в принятии решений, ориентированностью на социальное одобрение; пассивным согласием с мнением подавляющего большинства людей, составляющих социальную группу, в которой находится сам.

**Средний уровень (норма)** характеризуется: склонностью следовать за общественным мнением, однако при этом критически его оценивая; подчинением групповому мнению (давлению), даже если внутренне с ним не согласен. Потребность в согласии и поддержке группы не всегда ярко выражена. Проявляется склонность уклоняться от персональной ответственности за свои поступки.

**Пониженный уровень характеризуется:** независимостью, склонностью принимать собственные решения и действовать самостоятельно. Человек не считается с общественным мнением, склонен давать ему негативную оценку и действовать вопреки влиянию группы. Ярко выражено стремление иметь собственное мнение, активно сопротивляется групповому влиянию. Не нуждается в согласии и поддержке окружающих.

**Принятие асоциальных установок социума (ПАУ)** – это согласие, убежденность в приемлемости для себя отрицательных примеров поведения, распространенных в маргинальной части общества. В частности, оправдание своих социально неодобряемых поступков идеализированными и героизированными примерами поведения, достойного порицания.

**Повышенный уровень** характеризуется: проявлением пониженной критичности к себе и своему поведению, проявлением интереса к социально неодобряемым действиям и мнениям; попытками рационально объяснить свои поступки, ссылаясь на аналогичные образцы поведения («все так делают»). Человек демонстрирует убежденность, что одним можно нарушать нормы, а другим нельзя, при этом идентифицируя себя с теми, кому можно. Испытывает азарт при избегании наказания или порицания.

**Средний уровень характеризуется:** склонностью к состоянию оппозиции. Демонстрирует понимание, что одним можно нарушать нормы, а другим нельзя, при этом идентифицируя себя с теми, кому нельзя. Не склонен принимать социально неодобряемые установки. Сомневается в правильности норм поведения, усвоенные ранее.

**Пониженный уровень характеризуется:** проявлением повышенной критичностью к себе, своему поведению, убежденностью, что социальные нормы нельзя нарушать никому; не критичностью к усвоенным ранее социальным нормам представлениям о хорошем и плохом.

**Склонность к риску (опасности) (СР)** – предпочтение действий и ситуаций, выбор варианта альтернатив, сопряженных с большой вероятностью потери.

**Повышенный уровень характеризуется:** осознанием потенциальных рисков, с отказом их учитывать, оказываясь под влиянием различных чувств и желаний; наличием субъективного ощущения риска ниже, чем реальный уровень опасности. Информированность об опасных последствиях заменена мифами, заблуждениями, отсутствием критичности к рисковому поведению.

**Средний уровень (норма) характеризуется:** ориентацией на принятие взвешенных, разумных решений в эмоционально насыщенной ситуации, особенно в присутствии сверстников; наличием осознания потенциальных рисков и их учет в своем поведении; наличием критичности в отношении принятых в подростковой среде формы рискового поведения.

**Пониженный уровень характеризуется:** соответствием субъективного ощущения риска реальному уровню опасности в ситуациях, связанных с большой вероятностью угрозы; критичностью в отношении принятые в подростковой среде формы рискового поведения.

**Импульсивность (И)** – устойчивая склонность действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

**Повышенный уровень характеризуется:** эмоциональной неустойчивостью, раздражительностью, низким уровнем сформированности эмоционально-волевых свойств личности, подверженностью сиюминутным побуждениям, склонностью к необдуманным поступкам и высказываниям, свойственно принятие поспешных решений, спонтанных действий.

**Средний уровень характеризуется:** эмоциональной адекватностью, стремлением избегать необдуманных действий, не склонностью торопиться при принятии решений, совершает поступки без достаточного сознательного контроля только под влиянием сложных внешних обстоятельств или сильных эмоциональных переживаний.

**Пониженный уровень характеризуется:** эмоциональной устойчивостью личности, выдержанностью и сдержанностью, сознательностью при контроле своих эмоций и поведения, проявлением высокой адаптивности к социальным нормам. Свойственно предварительно обдумывать и планировать свои действия, взвешивая и учитывая последствия своего поведения для себя и окружающих.

**Тревожность (Т)** – предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству.

**Повышенный уровень характеризуется:** склонностью воспринимать большинство ситуаций как угрожающие, и реагировать на эти ситуации состоянием сильной тревоги, неуверенностью в себе, склонностью к мрачным предчувствиям; проявлением излишнего беспокойства, озабоченностью чем-либо, ранимостью; крайней напряженностью в трудных жизненных ситуациях, застенчивостью и стеснительностью, трудностями в установлении контактов с окружающими, зависимостью от их одобрения.

**Средний уровень характеризуется:** уверенностью в себе и в своих силах, коммуникативной контактностью. Тревожное поведение проявляется только в критических жизненных ситуациях.

**Пониженный уровень характеризуется:** спокойствием, уверенностью в себе и в своих силах, коммуникативной контактностью. Тревожное поведение проявляется только в критических жизненных ситуациях.

**Фрустрация (Ф)** – психическое состояние переживания неудачи, обусловленное невозможностью реализации намерений и удовлетворения потребностей, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некой цели.

**Повышенный уровень характеризуется:** не соответствием интенсивности эмоциональной реакции силе воздействующего фрустратора (фрустрационные реакции наступают даже при малой интенсивности фрустрирующего характера); склонностью к жесткой экспрессии и недоброжелательному обращению с окружающими; наличием потребностей и желаний, которые не могут быть реализованы, что вызывает эмоциональное напряжение (стресс) и отрицательные переживания: разочарование, раздражение, тревога, отчаяние, озлобленность. Часто находится в негативном эмоциональном состоянии.

**Средний уровень (норма) характеризуется:** зависимостью уровня фрустрации от силы и интенсивности фрустратора и от функционального

состояния; склонностью к адекватной оценке фрустрационной ситуации, видит выходы из нее. Фрустрационные реакции соответствуют устойчивым формам эмоционального реагирования на жизненные трудности, сложившимися при становлении личности. Отрицательные эмоции, вызванные фрустратором, не имеют крайних проявлений.

**Пониженный уровень характеризуется:** высокой устойчивостью к воздействию фрустрирующих факторов (фрустрационная толерантность); постановкой достижимой цели. Фрустрационные реакции наступают только при воздействии сильного (интенсивного) фрустратора. При воздействии фрустрирующих обстоятельств сохраняет спокойствие. В ситуациях неудовлетворения потребностей ведет себя рационально: либо понижает свои притязания, либо смиряется с трудностями, либо перестает думать о том и о другом.

**Наркопотребление в социальном окружении (НСО)** – распространенность наркопотребляющих среди знакомых и близких, создающая опасность приобщения к наркотикам и формирования референтной группы из наркопотребляющих.

### Приложение 3

#### Планируемые результаты реализации программы профилактической работы

Возраст	Формирование правового сознания	
	Личностные результаты	Метапредметные результаты
Младший школьный возраст	Будут знать: – нормы поведения в коллективе; – основные права и обязанности; Будут понимать: – правила индивидуальной безопасной жизни с учетом изменений среды обитания	Будут уметь: – устанавливать причинно-следственные связи; – адекватно устанавливать границы уже известного и неизвестного; – слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблемы
Средний школьный возраст	Будут знать: – основные нормы морали и на их основе способны к сознательному самоограничению в поступках; поведении; будут осознавать и принимать собственную ответственность за свое поведение в обществе; будут способны предвидеть последствия своих поступков; могут анализировать причины и последствия противоправных поступков людей	– Осуществляют самонаблюдение и самооценку в процессе ее деятельности; – умеют планировать и регулировать свою деятельность; – готовы к социальному взаимодействию на основе нравственных и правовых норм; – готовы использовать приемы саморегуляции
Старший школьный возраст	Имеют собственную взвешенную позицию в отношении противоправных действий;	– Освоение эффективных способов решения проблем;

Возраст	Формирование правового сознания	
	Личностные результаты	Метапредметные результаты
	<p>Способны осознавать влияние собственных поступков на дальнейшую жизнь и жизнь других людей;</p> <p>Убеждены в недопустимости действий, угрожающих жизни и здоровью как со своей стороны, так и со стороны окружающих;</p> <p>Способны осознавать последствия своих действий и поступков брать на себя ответственность.</p> <p>Овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;</p> <p>Формирование у обучающихся готовности и способности к саморазвитию;</p> <p>Развитие эмоциональной сферы личности, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей</p>	<p>– Формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>– Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</p> <p>– Формирование готовности слушать собеседника и признавать возможность существования различных точек зрения, излагать свое мнение, свою точку зрения и оценку событий;</p> <p>– Формирование умения договариваться; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>

**Программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся выпускных классов образовательных организаций  
«Стабилизация психоэмоционального состояния подростков  
в предэкзаменационный период»**

*Меньшаков К. В.,  
педагог-психолог;*

*Уланова Е. А.,  
педагог-психолог*

*МБУ «ЦППМСП Калининского района г. Челябинска»*

**Пояснительная записка**

Проблема распространения повышенной тревожности обучающихся выпускных классов не нова и с каждым годом обретает всё больший охват.

Повышенные требования к подготовке к экзаменам, факт окончания школы, смена обстановки, окружения, людей вокруг себя, давление со стороны родителей и педагогов – все это приводит к возникновению негативного эмоционального фона, что, в свою очередь, может привести к возникновению такого эмоционального состояния, как тревожность.

Так, согласно исследованию «Газета.Ru» за 2023 год (<https://www.gazeta.ru/family/news/2023/11/28/21801799.shtml?updated>), старшеклассники сильно обеспокоены вопросом сдачи ЕГЭ. По данным исследования, больше половины школьников (57 %) испытывает сильный стресс из-за предстоящих экзаменов. При этом десятиклассники больше нервничают по сравнению с одиннадцатиклассниками, которые регулярно решают задания из сборников и тестируют себя на пробных экзаменах. Так, среди обучающихся 10 классов о значительном стрессе заявили 63 % опрошенных, в то время как среди выпускников сильно переживают лишь 52 %.

Школьники озабочены своим будущим и боятся совершить ошибку на экзамене. Больше трети опрошенных (39 %) рассказали, что тревожатся из-за поступления в университет мечты, четверть старшеклассников (24 %) беспокоится, что «завалит» экзамен из-за волнения, а 13 % боятся расстроить родителей плохими результатами. При этом 3 % даже не уверены в том, что выбрали правильное направление.

В связи с этим особенно остро встает вопрос дополнительной помощи выпускникам образовательных организаций в преодолении тревожных состояний.

Реализуемая нами программа психолого-педагогического сопровождения направлена на изменение уровня тревожности выпускников. Основными преимуществами программы являются возможность проведения групповой работы, реализация не только диагностики возможных трудностей, но и их проработка и более глубокое изучение, работа не только с «поверхностными» реакциями учеников, но и с их скрытыми, возможно, не до конца осознаваемыми страхами и мотивами.

К основному контингенту участников коррекционно-развивающей программы относятся выпускники 9 и 11 классов школ с повышенным уровнем тревожности и стресса относительно сдачи итоговых экзаменов. Родителям (законным представителям) и педагогам оказывается консультативная помощь по запросу.

В основу программы легли следующие нормативные документы:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Закон Российской Федерации «Об образовании».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897.
4. Приказ Минобрнауки России об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования от 17 декабря 2010 г. № 1897.
5. Международная конвенция «О правах ребенка» 1989 г.
6. «Всеобщая декларация прав человека».
7. Гражданский кодекс РФ.
8. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
9. Приказ Минобрнауки России от 22.10.99 № 636 «О службе практической психологии в системе Министерства образования РФ».

10. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» от 1998 г.

Таким образом, **цель** коррекционно-развивающей программы – провести психолого-педагогическую работу по коррекции тревожных состояний обучающихся выпускных классов в предэкзаменационный-экзаменационный период.

Достижение цели программы осуществляется при выполнении ряда поставленных **задач**:

1. Выполнить диагностику психоэмоциональных состояний обучающихся выпускных классов.

2. Снизить уровень тревожности обучающихся в ситуации экзамена.

3. Обучить обучающихся выпускных классов методам самопомощи в стрессовых ситуациях.

4. Дать рекомендации по работе с негативными психоэмоциональными состояниями всем участникам образовательных отношений: обучающимся, их родителям (законным представителям) и педагогам.

### **Методы, методики и используемые технологии**

Основными применяемыми методами коррекционно-развивающей программы являются:

1. Диагностические методы:

- методика САН;
- 8-цветовой тест Люшера;
- методика Розенцвейга.

2. Методы коррекционно-развивающей работы:

- беседа, лекция, игра, реализуемые в формате тренинга;
- арт-терапевтические методы (использование метафорических карт, проективные методики работы с тревожными состояниями);
- релаксационные методы и методики (технология АВК «Диснет», комплекс дыхательных релаксационных техник);

3. Просветительско-профилактические методы:

- лекционный материал по направлению самопомощи в стрессовых ситуациях (ДПДГ);
- подготовка и предоставление рекомендаций по работе с тревожными эмоциональными состояниями.

### **Формы реализации и сроки программы**

Программа психолого-педагогического сопровождения реализуется в групповом формате (5 человек), основная форма – психологический тренинг. Коррекционно-развивающие занятия, общей продолжительностью 6 часов (2 р/н), проводятся по внешнему запросу образовательных организаций и при взаимодействии с ними.

Программа состоит из двух основных этапов – диагностического и коррекционно-развивающего. Оба этапа реализуются в рамках поставленной цели и позволяют достичь обозначенных задач.

Диагностический этап способствует получению представления об актуальном психоэмоциональном состоянии обучающихся до и после проведения

программы, что позволяет оценить её эффективность, а также предоставить субъектам образовательной организации опорные данные для дальнейшей психологической работы. Реализация этапа происходит при содействии с психологической службой образовательной организации, которая формирует группу обучающихся, проводит первичную и/или вторичную диагностику психоэмоционального состояния, а также аналитические мероприятия при необходимости.

Коррекционно-развивающий этап представляет собой комплекс мероприятий, направленный на работу с негативными эмоциональными состояниями. Для этого используются такие средства, как осознание и принятие собственных негативных эмоциональных переживаний; проработка тревожных состояний; использование релаксационных, суггестивных и активизационных методов и упражнений; улучшение общего уровня психоэмоционального состояния.

В периоды через месяц, 3 месяца после прохождения программы обучающимися специалисты психологических служб образовательных организаций проводят повторную диагностику психоэмоционального состояния выпускников с целью оценки уровня устойчивости результатов, достигнутых в ходе прохождения психолого-педагогической программы.

### **Предполагаемые результаты**

Реализация коррекционно-развивающей программы «Стабилизация психоэмоционального состояния подростков в предэкзаменационный период» предполагает достижение следующих результатов:

1. Снижение общего уровня тревожности обучающихся выпускных классов в ситуации экзамена.
2. Улучшение общего психоэмоционального состояния подростков.
3. Повышение осведомленности обучающихся о способах самопомощи в стрессовых и тревожных ситуациях и овладение ими.
4. Повышение осведомленности родителей (законных представителей) и педагогов о способах помощи и поддержки обучающихся в экзаменационный период.

### **Критерии оценки эффективности программы**

Качественные и количественные изменения в результатах диагностики психоэмоционального состояния обучающихся до / после прохождения психолого-педагогической программы.

Отзывы о психологической программе выпускников – участников занятий.

Количество консультаций, оказанных родителям (законным представителям) и педагогам.

## Тематическое планирование

Направление деятельности	Содержание	Методы работы	Форма работы
<b>Стабилизация эмоционального состояния в период экзаменов</b>			
<b>Занятие 1. «Я знаю, чего тревожусь»</b>			
<b>Цель - знакомство и установление контакта, сбор первичной информации и основных представлений о собственных тревожных состояниях и отношении к экзаменам, снижение тревоги и улучшение общего эмоционального состояния</b>			
Первичная диагностика психоэмоционального состояния	1. Методика САН; 2. 8-цветовой тест Люшера; 3. Методика С. Розенцвейга	Групповая диагностика Тестирование	Групповое занятие
Коррекционно-развивающий этап	1. Упражнение «Прилагательные на 1 букву имени»; 2. Упражнение «Меня зовут ..., я делаю так ...»; 3. Проективная методика «Ассоциации»; 4. Работа с метафорическими картами «Знаки вселенной», «Дороги, которые мы выбираем»; 5. АВК «Диснет»; 6. Упражнение «Потягивания»	Релаксационные методы Методы суггестивного воздействия	
<b>Занятие 2. «Я справлюсь со всем!»</b>			
<b>Цель - обучение методам самопомощи в стрессовых и тяжелых психоэмоциональных ситуациях, снижение уровня тревоги и улучшение общего эмоционального состояния</b>			
Коррекционно-развивающий этап	1. Упражнение «А вы обо мне не знали»; 2. Упражнение «Лимон»; 3. Проективная методика «Ассоциации - продолжение»; 4. АВК «Диснет».	Релаксационные методы Методы стимуляции и активизации	Групповое занятие
Просветительско-профилактическая деятельность	Мини-лекция «Методы самопомощи в стрессовых ситуациях (ДПДГ) Изучение и применение дыхательных техник	Лекция Практическое занятие	

## Наполнение программы

Программа психолого-педагогического сопровождения состоит из двух основных этапов – диагностического и коррекционно-развивающего. Диагностический этап представлен первичной диагностикой психоэмоциональных состояний. Коррекционно-развивающий этап представлен коррекционно-развивающими занятиями, а также просветительско-профилактической деятельностью. Оба этапа раскрываются в течении двух установленных занятий.

### Занятие 1. «Я знаю, чего тревожусь»

Цель занятия – знакомство и установление контакта, сбор первичной информации и основных представлений о собственных тревожных состояниях и отношении к экзаменам, снижение тревоги и улучшение общего эмоционального состояния.

Этап знакомства. Установление и принятие правил проведения тренинговых занятий, сбор ожиданий.

#### **Упражнение «Прилагательное на первую букву имени»**

**Цель:** познакомить участников группы, снять тревожность.

#### **Педагог-психолог:**

«Каждый участник называет свое имя и подбирает на первую букву своего имени прилагательное, которое как-то его характеризует, отражает какие-то особенности его характера, его индивидуальности. Например: «Я Марина. Я мудрая». Итак, начинаем».

#### **Упражнение «Меня зовут... Я делаю так...».**

**Цель:** снять тревожность, познакомиться, запомнить имена.

#### **Педагог-психолог:**

«Упражнение можно выполнять сидя, можно – стоя. Каждый участник по кругу называет свое имя и показывает какое-то движение со словами: «Я делаю так...». Каждый последующий участник повторяет сначала все имена и движения предыдущих, а потом уже называет свое имя и показывает свое движение. Последний участник должен повторить имена и движения всех остальных членов группы».

Этап беседы. Установление контакта, создание комфортной психологической среды, выявление и знакомство с возможными причинами стрессовых состояний, страхов и переживаний обучающихся, причин их возникновения.

Этап первичной диагностики. Получение представления об актуальном психоэмоциональном состоянии учащихся.

Проведение методик САН и 8-цветового теста Люшера с помощью АВК «Диснет», а также методики С. Розенцвейга с использованием стимульного материала.

Методика С. Розенцвейга может выполняться обучающимися совместно, на основе коллективного взаимодействия, после чего может быть предложено обсуждение результатов, мотивации выбора тех или иных высказываний.

#### **Упражнение «Ассоциации»**

Цель: осознать и визуализировать негативные эмоции, тревожные состояния, переживания и ассоциации касательно процедуры экзамена для последующей проработки.

Участники выписывают негативные ассоциации к ситуации экзамена, после чего все слова переносятся педагогом-психологом на общий лист бумаги. Возможно обсуждение выбранных слов, как именно они проявляются и влияют на обучающихся.

#### **Работа с набором карт «Дороги, которые мы выбираем».**

Цель – снижение страха и тревоги, исследование собственных возможностей и представлений, мотивов выбора.

Участники выбирают случайные или понравившиеся карты, описывают свое отношение к изображению, чувства и эмоции, соотносятся ли они с их собственными жизненными ситуациями, предлагаются пути того, как опыт выбранных карт может быть использован в реальной жизни, в ситуации экзамена.

#### **Работа с набором карт «Знаки вселенной».**

Цель – отработка негативных эмоций, улучшение общего эмоционального состояния, повышение настроения.

Участники выбирают наиболее понравившиеся карты из колоды. После чего из выбранных карт ими отбрасывается половина менее привлекательных. Отброс повторяется, пока у участников на руках не остается примерно 7-8 карт. Далее карты в закрытую перемешиваются, и участники тянут одну случайную карту – их собственный знак от вселенной.

Аудиовизуальный этап. Применение АВК «Диснет».

#### **Сессия-релаксация.**

Цель – снятие тревожности, расслабление.

Из комплекса релаксационных видео АВК Диснет совместно с участниками подбирается наиболее привлекательный видеоролик. Обучающиеся занимают удобное положение в креслах. Сессия длится в среднем 15-20 минут.

#### **Сессия-суггестия.**

Цель – стимуляция восприятия, повышение настроения, укрепление общего психоэмоционального состояния.

Участники занимают удобное положение в креслах. В сессии применяется видеоролик «АТ-8 Максимального расслабления и набора энергии».

#### **Упражнение «Потягивания».**

Цель – снятие усталости и телесного напряжения, возвращения в момент «здесь и сейчас».

Участники тренинга стоят в кругу. Психолог медленно потягивается. Когда он закончит, человек стоящий слева от него, начинает медленно потягиваться, когда он закончит, начинает следующий и т. д., создавая волну потягиваний.

Завершение. Участники делятся своими ощущениями после выполнения предложенных упражнений, участия в релаксационных сессиях. Дается обратная связь, предложения и ожидания относительно следующей встречи.

#### **Занятие 2. «Я справлюсь со всем!»**

Цель занятия – обучение методам самопомощи в стрессовых и тяжелых психоэмоциональных ситуациях, снижение уровня тревоги и улучшение общего эмоционального состояния.

Этап приветствия. Создание комфортной психологической атмосферы, включение в процесс тренинга.

#### **Упражнение «А вы обо мне не знали».**

Цель – продолжение знакомства с участниками, создание комфортных условий.

Одному из участников даётся мяч. Он начнет игру со слов: «А вы обо мне не знали, что...» и рассказывает какой-нибудь факт о себе. Далее он бросает мяч тому человеку, который ему интересен, обращается к нему по имени и задаёт интересующий его вопрос. Игрок, которому задали вопрос, должен ответить на него и сообщить какой-нибудь факт о себе. Затем он кидает мяч следующему участнику и упражнение продолжается.

Этап просвещения и профилактики.

Обучение методам самопомощи (ДПДГ). Мини-лекция.

Цель – предоставить участникам тренинга информацию о методах самопомощи, научить некоторым из них.

Участникам проводится мини-лекция о способах и методах кратковременной самопомощи.

Дыхательные техники.

Цель – предоставить участникам тренинга информацию о принципах работы дыхательных техник; обучить некоторым из них.

Участникам проводится мини-практикум о способах и методах кратковременной самопомощи с помощью дыхательных техник.

Аудиовизуальный этап. Применение АВК «Диснет»

Упражнение «Лимон».

Цель – снятие мышечного напряжения, расслабление и подготовка к сеансам стимуляции и активизации.

Участникам необходимо занять удобное положение сидя. Далее они мысленно представляют себе, что у них в правой руке лежит лимон. Участники начинают медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуют, что «выжали» весь сок. Далее повторяют то же самое, представляя лимон в другой руке. После чего им предлагается полностью расслабиться, насладиться состоянием покоя.

#### **Сессия-суггестия.**

Цель – стимуляция восприятия, повышение настроения, укрепление общего психоэмоционального состояния.

Участники занимают удобное положение в креслах. В сессии применяется видеоролик «АТ-5 Произвольное управление дыханием».

Сессия-активизация.

Цель – формирование оптимальной степени рабочего состояния, повышение мотивации к совершению деятельности, повышение настроения.

Из комплекса релаксационных видео АВК «Диснет» совместно с участниками подбирается наиболее привлекательный видеоролик. Обучающиеся занимают удобное положение в креслах. Сессия длится в среднем 15-20 минут.

Развивающий этап.

Упражнение «Ассоциации» – продолжение.

Цель – проработка ранее визуализированных негативных эмоций, тревожных состояний и переживаний касательно процедуры экзамена, повышенные настроения.

Участникам предлагается вернуться к ранее составленному списку негативных ассоциаций. Происходит обсуждение, например, «насколько значимы эти слова сейчас?», «каково отношение к ним?», «изменили ли что-нибудь?».

После чего обучающимся предлагается «расправиться» со своими переживаниями – смять, сложить, порвать лист бумаги, на котором написаны слова. После чего происходит переработка негативных эмоций в позитивные – с помощью цветных карандашей и клея участниками на новом листе бумаги создается картина-апликация, с помощью порванных ранее слов.

Этап завершения. Участники делятся своими ощущениями после выполнения предложенных упражнений, участия в релаксационных сессиях. Дается обратная связь.

### **Материально-техническое и информационное обеспечение**

Реализация коррекционно-развивающей программы психолого-педагогического сопровождения «Стабилизация психоэмоционального состояния подростков в предэкзаменационный период» реализуется на базе МБУ «ЦППМСП Калининского района г. Челябинска». Групповые занятия проводятся в кабинете психологической разгрузки (при нейролаборатории центра), оборудованном и укомплектованном аудиовизуальным комплексом Диснет (включает в себя 40 программ, направленных на релаксацию, активизацию и использование суггестивных методов при работе с эмоциональными состояниями), пятью креслами-реклайнерами, наборами метафорических карт «Знаки вселенной» (автор Т. Мужижская), «Дороги, которые мы выбираем» (автор Л. Кононова), инструментарием для проективной работы – флипчарт с бумажными листами, индивидуальные листы для записи и работы, цветные ручки, карандаши и фломастеры, другие канцелярские товары.

Также эффективная реализация программы предусматривает взаимодействие с психологической службой и администрацией образовательной организации. Образовательной организацией проводится подбор и формирование группы учащихся, которым необходимо дополнительное психологическое сопровождение, предоставление информации о психологических особенностях учащихся и возможных причинах включения их в запрос (при необходимости), дальнейшее наблюдение, проведение вторичной диагностики тревожных и эмоциональных состояний обучающихся (при необходимости).

### **Информационное обеспечение**

Достижение поставленных цели и задач программы достигается в том числе с помощью применения указанных диагностических методик, с помощью которых возможно быстро и эффективно оценить текущее состояние подростков, их стратегии поведения в стрессовых ситуациях, уровни и степень проявления стресса и тревожности.

Фрустрационный тест **С. Розенцвейга** (Л. А. Ясюкова. Фрустрационный тест Розенцвейга: методическое руководство) (Приложение 1) – методика, позволяющая исследовать то, как человек реагирует на ситуации фрустрации и справляется с ними. Каковы возможные реакции на ситуации неудачи, стратегии поведения и их преодоления. Методика представляет собой набор изображений-ситуаций. Тестируемым необходимо дополнить высказывания со своей точки зрения. В программе используется взрослая версия теста, поскольку её применение возможно после 15 лет.

В интерпретации методики выделяются следующие типы реакций:

– Реакция может быть экстрапунитивная – внешнеобвинительная. В этом случае человек перекладывает вину за происходящее или случившееся на кого-то или на что-то, помимо себя.

– Интропунитивная, самообвинительная. При этом типе реакции человек принимает вину на себя, или принимает на себя ответственность за происходящее из-за принятых решений.

– Импунитивная – это реакция безобвинительная., когда обвинение как себя, так и кого или чего-либо отсутствует, то случившееся воспринимается как неизбежное.

**Тест «Самочувствие, активность, настроение» (САН)** (Барканова О. В. (сост.) Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум.) – опросник состояний и настроений.

САН представляет собой таблицу, содержащую пары слов, отражающие особенности психоэмоционального состояния. При разработке методики авторы исходили из того, что три основные составляющие функционального психоэмоционального состояния – самочувствие, активность и настроение могут быть охарактеризованы полярными оценками, между которыми существуют континуальная последовательность промежуточных значений. САН находит широкое распространение при оценке психических состояний, психоэмоциональной реакции на нагрузку и тревожные ситуации, для выявления индивидуальных особенностей, ритмов психофизиологических функций.

Используется для выявления текущего состояния обучающихся. В рамках программы методика используется в адаптированном варианте, включенным в АВК «Диснет» (Приложение 2).

Цветовой тест **Люшера** (Цыганок И. И. Цветовая психодиагностика. Модификация полного клинического теста Люшера) основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности.

Цветовая диагностика Люшера позволяет измерить психофизиологическое состояние человека, его стрессоустойчивость, активность и коммуникативные способности. Тест позволяет определить причины психологического стресса, который может привести к появлению физиологических симптомов. Методика выявляет не только осознанное, субъективное отношение испытуемого к цветовым эталонам, но в основном его неосознанные реакции, что позволяет считать метод глубинным, проективным.

Методика представлена как часть тестовой базы АВК «Диснет». Проводится с помощью компьютера, что позволяет получить результат моментально (Приложение 2).

В программе используются тренинговые упражнения, направленные на знакомство, установление контакта, создание благоприятного психологического климата, проработки негативных эмоциональных состояний:

1. Грецов А. Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание / А. Г. Грецов – «Питер», 2011 url: [https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi\\_razvitiya\\_s\\_podrostkami\\_tvorchestvo\\_obschenie\\_samopoznanie\\_andrey\\_gretsov.pdf](https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi_razvitiya_s_podrostkami_tvorchestvo_obschenie_samopoznanie_andrey_gretsov.pdf)

2. Евтихов О. В. Практика психологического тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2004. – 256 с url: [https://kostacademy.edu.kz/akademija/nauchnay\\_deyatelnost/virtualniy\\_kabinet\\_psihologa/elektronie\\_izdaniay/25.pdf](https://kostacademy.edu.kz/akademija/nauchnay_deyatelnost/virtualniy_kabinet_psihologa/elektronie_izdaniay/25.pdf)

Сборник упражнений для проведения тренинга по профилактике и преодолению синдрома профессионального выгорания : практикум / сост.: Н. А. Разнадежина, А. И. Шишкина. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2016. – 40 с. url: [http://xn--c1aejfhjgfh0c.xn--plai/sites/default/files/sbornik\\_uprazhneniy\\_emocionalnoe\\_vygoranie.pdf](http://xn--c1aejfhjgfh0c.xn--plai/sites/default/files/sbornik_uprazhneniy_emocionalnoe_vygoranie.pdf)

Одним из компонентов программы является практикум по овладению обучающимися способом психологической самопомощи при подготовке к экзаменам – **метод ДПДГ**.

Метод десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ) помогает справиться с навязчивыми мыслями и переживаниями, способствует проработке тревожных состояний, снижает эмоциональную восприимчивость.

Визитной карточкой метода ДПДГ является билатеральная стимуляция, то есть попеременная активация левого и правого полушарий мозга. Уникальность метода заключается в его краткосрочности (3-4 сеанса) и сочетании 3-х каналов сенсорной стимуляции (звук, свет, вибрация).

Перед началом практической работы по овладению навыком обучающиеся получают краткую справку по истории возникновения метода ДПДГ, знакомятся с понятийным аппаратом и механизмом воздействия.

Автором метода является Френсин Шапиро, американский психотерапевт, которая внедрила термин «глазные ключи доступа». В основе метода лежит теория патологической доминанты, разработанная отечественным ученым-физиологом А. А. Ухтомским.

Обучающимся разъясняются смысловые опоры метода:

- десенсибилизация – понижение чувствительности, постепенное снижение эмоциональной восприимчивости;
- переработка – адекватное отреагирование на событие, мысль, человека или ситуацию;
- билатеральная стимуляция – это попеременная активация левого и правого полушарий мозга. Когда наши сенсорные системы (слух, зрение,

ощущения) подвергаются билатеральной стимуляции, внимание человека естественным образом отвлекается на это воздействие за счет включения ориентировочного рефлекса.

У человека есть информационно-перерабатывающая система, которая обеспечивает его защиту и самоисцеление после психотравмирующих ситуаций – условное внутреннее торможение. Но все люди проживают стресс по-разному. В ряде случаев переживание травмирующего события может перекрыть механизмы переработки (угасания). В этом случае мысли по поводу тревожащего события перерабатываются неадекватно и сохраняются в изолированных областях памяти.

Для понимания механизма действия метода обязательно разъяснение термина «патологическая доминанта». Это повышенная возбудимость нервных центров в конкретном очаге головного мозга, тогда как в остальной части нервной системы происходят явления торможения.

Патологическая доминанта обладает следующими свойствами:

- ревербрацией (возбуждение стойкое, застревающее);
- конвергенцией (собирает на себя дополнительные негативные раздражители, обрастает ими);
- вытеснением (подавляет другие центры, том числе центры радости)

Таким образом, цель коррекции методом ДПДГ – дать самому себе возможность переработать стрессовые воспоминания и позволить развить более адаптивные механизмы совладания. Если не сработало условное (внутреннее) торможение и переработки (проживания) не случилось, при помощи метода мы применяем внешнее торможение.

Перед началом практикума с обучающимися обсуждаются этапы работы:

1. Подготовка
2. Определение предмета воздействия
3. Десенсибилизация
4. Инсталляция

Процесс применения техники самопомощи с использованием техники ДПДГ.

1. Подготовка
  - Записываем на смартфон аудиосет длительностью 40 секунд.
  - Аудиосет состоит из поочередного произношения звуков «ЭР» – «ПЭ».

Под эти звуки совершаем движения глаз вправо-влево.

- Интервал в произнесении звуков варьируется в пределах 1 секунды.
  - Желательно, чтобы тембр и громкость звуков незначительно менялись.
2. Предмет воздействия (триггеры, болевые точки)

- Обозначим предмет проработки – отношение к ситуации экзамена.
- Составляем пул негативных триггеров. Какие установки – преобладающие деструктивные (неправильные) мысли относительно самого себя – звучат в вашей голове?

- Установка должна начинаться с местоимений «Я» или «Мне». Желательно выразить через эту установку свои чувства, эмоции, ощущения, в том числе и телесные.

- Записываем 3-5 триггеров на бумаге.
- Оцениваем силу влияния, значимость, напряженность каждого триггера по 10-балльной шкале.

### 3. Процесс

- Удобно расположитесь в кресле. Необходима полная тишина и отсутствие беспокоящих факторов. Положите перед собой лист с триггерами и карандаш или ручку.

- Вспомните тревожащее вас событие. Попробуйте подключить все органы чувств: зрение, осязание, слух, обоняние.

- Как только почувствуете, что вы «в моменте», включайте аудиозапись сета и выполняйте под нее движения глаз вправо-влево. На звук «ЭР» – глаза направляем влево, на звук «ПЭ» – вправо. Головой при этом не двигаем, движения глаз выполняем с максимальной амплитудой.

- Переработку можно существенно усилить, похлопывая руками себя по коленям по строгой схеме: глаза влево, хлопок по правому колену. Глаза вправо – хлопок по левому колену.

- После окончания сета вернитесь в состояние «здесь и сейчас», выполнив глубокий вдох-выдох.

- На листе с триггерами поставьте новые баллы, опираясь на свои ощущения.

- Перейдите к следующему пункту. Оценивайте свои триггеры после каждого сета. В идеале оценки должны быть на уровне 1-2-3. Но и результат 3-5-7 баллов считается положительным, подтверждающим снижение чувствительности.

4. Инсталляция. Цель данного этапа – установить положительное самопредставление и закрепить его.

- Необходимо подобрать альтернативную установку, позитивный триггер, положительное утверждение о себе. Закрепляющих утверждений может быть меньше – от одного до трех.

- Проводим уже знакомую процедуру, сосредоточившись на положительных триггерах. Оценивать их не надо.

Вывод, выносящийся на обсуждение с обучающимися.

Когда наши сенсоры (зрение, слух, ощущения) подвергаются билатеральной (межполушарной) стимуляции, наше внимание естественным образом отвлекается на это воздействие.

В процессе стимуляции происходят два феномена:

1. Мы не можем думать о проблеме;
2. Мы начинаем чувствовать себя расслабленным.

Пребывание в этом состоянии меняет способ сохранения памяти о проблеме (переживании, тревоге). Это происходит с помощью так называемого неассоциативного обучения.

Находясь в процессе билатеральной стимуляции, когда глаза двигаются в одном направлении, следование за звуком – в другом, кинестетическое воздействие – в противоположном, мозг не выдает никакой реакции на некогда болезненные стимулы (триггеры, когниции). Мозг отдыхает, находится

в состоянии рассогласованности, расфокусировки, разбивая, растворяя тем самым патологическую доминанту.

Другим просветительским компонентом программы является научение **дыхательным техникам** (Кремнева В. Н., Соловьева Н. В. Возможности дыхательных техник для снижения стресса у студентов в предэкзаменационный и экзаменационный период // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 5-1.)

Упражнение 1. Полное брюшное дыхание – вначале при расслабленных и слегка опущенных плечах выполняется вдох через нос; воздухом наполняются нижние отделы легких, живот при этом выпячивается. Затем вдохом последовательно поднимаются грудная клетка, плечи, ключицы. Полный выдох выполняется в той же последовательности: постепенно втягивается живот, опускается грудная клетка, плечи и ключицы.

Упражнение 2. Состоит в полном дыхании, осуществляемом в определенном ритме ходьбы: полный вдох на 4, 6 или 8 шагов, затем следует задержка дыхания, равная половине числа шагов, сделанных при вдохе. Полный выдох делается за то же число шагов (4, 6, 8). Количество повторений определяется самочувствием.

Третье упражнение отличается от второго только условиями выдоха: толчками через плотно сжатые губы. Положительный эффект упражнений возрастает по мере упражняемости.

### **Метафорические карты (Приложение 3).**

Набор карт «Знаки вселенной» Т. Мужичкой представляют собой набор-колоду, состоящую из 40 карт-знаков вселенной. Используется для снятия напряжения, поднятия настроения.

Набор карт «Дороги, которые мы выбираем» Л. Кононовой представляют собой набор-колоду, состоящую из 50 карт с изображениями. Используется для снятия стресса и тревоги, исследования собственных возможностей в сложных ситуациях и ситуациях принятия решений.

### **Список литературы**

1. Грецов А. Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание / А. Г. Грецов – «Питер», 2011 url: [https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi\\_razvitiya\\_s\\_podrostkami\\_tvorchestvo\\_obschenie\\_samopoznanie\\_andrey\\_gretsov.pdf](https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi_razvitiya_s_podrostkami_tvorchestvo_obschenie_samopoznanie_andrey_gretsov.pdf)

2. Евтихов О. В. Практика психологического тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2004. – 256 с url: [https://kostacademy.edu.kz/akademija/nauchnay\\_deyatelnost/virtualniy\\_kabinet\\_psihologa/elektronie\\_izdaniay/25.pdf](https://kostacademy.edu.kz/akademija/nauchnay_deyatelnost/virtualniy_kabinet_psihologa/elektronie_izdaniay/25.pdf).

3. Кремнева В. Н., Соловьева Н. В. Возможности дыхательных техник для снижения стресса у студентов в предэкзаменационный и экзаменационный период // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 5-1.

4. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум / сост. О.В. Барканова [серия: Библиотека актуальной психологии]. – Вып.2. – Красноярск: Литера-принт, 2009. – 237 с.

5. Сборник упражнений для проведения тренинга по профилактике и преодолению синдрома профессионального выгорания : практикум / сост.: Н. А. Разнадежина, А. И. Шишкина. – Сургут: Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2016. – 40 с. url: [http://xn--c1aejfhjgfu0c.xn--p1ai/sites/default/files/sbornik\\_uprazhneniy\\_emocionalnoe\\_vygoranie.pdf](http://xn--c1aejfhjgfu0c.xn--p1ai/sites/default/files/sbornik_uprazhneniy_emocionalnoe_vygoranie.pdf) .

6. Фрустрационный тест Розенцвейга [Текст] : диагностика реакций в ситуациях конфликта : методическое руководство / Л. А. Ясюкова ; ИМАТОН. - 5-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : ИМАТОН, сор. 2018. – 124 с.

7. Цыганок, Игорь Иванович. Цветовая психодиагностика. Модификация полного клинического теста Люшера: [методическое руководство] / Игорь Цыганок. – Санкт-Петербург: Речь, 2007. – 262 с.

## РАЗДЕЛ 2. ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ И НАРУШЕНИЙ В РАЗВИТИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### «Волшебные сказки». Программа психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся

*Амамбаева М. В.,  
педагог-психолог  
МАОУ «МЛ № 148 г. Челябинска»*

#### 1. Аннотация к программе

Младший школьный возраст – это важный этап в жизни каждого человека. В этот период происходит смена ведущего вида деятельности от свободной игровой деятельности в целенаправленную, специально организованную учебную деятельность.

Обучающиеся с патологией интеллектуального анализатора имеют целый комплекс особых образовательных потребностей (использование специальных методов, приёмов и средств обучения, большей наглядности и т. д.). Интеллект играет большую роль в развитии познавательных процессов. Внимание у детей с нарушенным интеллектом быстрее истощается, отмечается слабое развитие запоминания, что оказывает влияние на развития мышления и мыслительных операций. Это отличает детей с ментальными нарушениями от нормотипичных сверстников [18].

Интеллектуальные нарушения влияют также на развитие эмоционально-волевой сферы, на осознание своих эмоций и эмоций других людей, приводит к трудностям в развитии эмпатии и коммуникации в целом.

В связи с этим требуется осуществление коррекционно-развивающей работы, обеспечивающей социализацию, развитие познавательной и эмоционально-волевой сфер, формирование положительных качеств личности и жизненных установок.

Занятия с обучающимися предполагают комплексное использование остаточных возможностей нарушенного анализатора, что способствует коррекции и возможности в развитии познавательной и эмоционально-волевой деятельности обучающихся и личности ребёнка, соответственно.

#### 2. Сведения об уровне образования участников программы

Программа создана для обучающихся младшего школьного возраста, то есть с 1 по 4 класс. Также содержание программы исключительно для обучающихся с ментальными нарушениями (лёгкая степень умственной отсталости).

#### 3. Вид программы

Программа носит коррекционно-развивающую направленность. Может быть реализована в рамках внеурочной деятельности.

## 4. Целевая аудитория

### *Специфика познавательных процессов*

В структуре психики ребёнка с лёгкой умственной отсталостью недоразвиты познавательные интересы и снижена познавательная активность. При умственной отсталости сохраняется чувственная ступень познания – ощущение и восприятие.

Хотя все дети с лёгкой умственной отсталостью отстают от возрастной нормы, одни функции у них более сохранены, чем другие.

Задача педагога – найти индивидуальный подход для создания развивающей среды. Ресурс для обучения ребёнка с умственной отсталостью – это зона ближайшего развития.

Педагог учит ребёнка осмысливать действия при выполнении операций с учебным материалом.

Ребёнок-олигофрен должен участвовать в происходящем на уроке, мыслить проблемно и задавать вопросы:

1. А что это?
2. А можно по-другому?
3. А как ты делаешь?
4. А что будет, если?

### *Мышление*

Дети с трудом устанавливают отношения между частями предмета, выделяют существенные и несущественные признаки, сравнивают предметы по сходству и отличию. Словесно-логическое мышление недоразвито по сравнению с наглядно-действенным или наглядно-образным. Дети слабо обобщают, с трудом понимают смысл явления или факта [18].

### *Память*

Дети с лёгкой умственной отсталостью лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки.

Труднее осознают и запоминают внутренние логические связи. Из-за этого ученик воспроизводит информацию бессистемно, искажает ее. Самые большие трудности ребёнок испытывает, когда воспроизводит словесный материал [18].

### *Внимание*

Внимание школьников с лёгкой умственной отсталостью отличается сужением объёма, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленным переключением. В значительной степени нарушено произвольное внимание. Поэтому ребёнок отказывается от дела при столкновении с первыми неудачами. Дети не могут сосредоточиться на одном объекте или виде деятельности.

### *Воображение и представления*

Для успешного обучения необходимы развитые представления и воображение. Представления детей с лёгкой умственной отсталостью фрагментарные. Воображение примитивное, неточное и схематичное.

### ***Особенности речевой деятельности***

Речь – инструмент мышления. У умственно отсталого ребёнка недоразвиты все стороны речи: фонетическая, лексическая, грамматическая и синтаксическая. Речь ребёнка-олигофрена обеднённая, с логопедическими дефектами. Словарный запас скудный, характерны речевые стереотипии.

Ребёнку трудно понимать обращённую к нему речь. Если предложение длинное или использованы непривычные слова, то оно остается непонятым. Активная речь умственно отсталого ребёнка не ориентирована на собеседника. Он не понимает, что надо озвучить, а что понятно и так, не находит подходящих слов для выражения мысли, не улавливает переносный смысл выражений. Эти трудности распространяются и на письменную речь. Но в повседневной практике дети поддерживают беседу на темы, которые близки их личному опыту [18].

При этом они используют несложные конструкции предложений. Для развития речи в работе с детьми с лёгкой умственной отсталостью обязательны единство опыта и его символического выражения в слове, букве, рисунке или знаке. Важна опора на конкретное, понятное, знакомое. Словесное обозначение предметов или явлений должно быть максимально точным. Предложения должны быть короткими.

### ***Изменения в моторной сфере***

Олигофрения затрудняет управление движениями и их развитие. Для детей с лёгкой умственной отсталостью характерна моторная неловкость, двигательная расторможенность, медленное формирование двигательных навыков. Они не могут выдерживать классическую позу за партой, не способны длительно сохранять одну и ту же позу.

Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий с точной координацией мелких движений пальцев рук. Это негативно сказывается на овладении письмом и трудовыми операциями.

Дети с лёгкой умственной отсталостью плохо чувствуют тело, поэтому для них полезна оздоровительная физкультура и рукоделие. Педагог может использовать формы активности, в которых дети пробуют новые движения, удерживают равновесие, обходят препятствия, распознают тактильные ощущения.

Моторные сложности и повышенная утомляемость требуют двигательной разрядки не реже чем раз в 20 мин. Она может быть небольшой, но обязательно достаточно свободной: ребёнок перемещается, прыгает, шнурует, нанизывает, перекладывает, подбрасывает и ловит.

### ***Своеобразие эмоциональной сферы***

У детей-олигофренов эмоции в целом сохраняются, но оттенки переживаний отсутствуют или неустойчивы. Отсутствуют или слабо выражены переживания, которые определяют интерес и побуждение к познавательной деятельности. Воспитать высшие психические чувства – нравственные и эстетические – трудно [18].

Детям тяжело управлять эмоциями и понимать неявный эмоциональный контекст ситуации. Чем ближе ситуация к конкретному опыту ребёнка

с лёгкой умственной отсталостью, тем адекватней его эмоциональный отклик. Уровень эмоций у таких детей непропорционален ситуации, которая их вызвала. Эмоции не задерживаются надолго, легко меняется отношение к человеку, занятию, вещи. Дети с лёгкой умственной отсталостью с трудом называют свои эмоции и переживания. Для них характерны тревожность, агрессивность, страхи, которые связаны с отвержением и неуспехом [18].

Ребёнку-олигофрену важно чувствовать, что на занятиях он находится в ситуации физической и психологической безопасности.

В противном случае он становится заторможенным или избыточно и бессмысленно активным.

### ***Отличия в волевой сфере***

Речь идёт о дефекте воли. Ребёнку трудно подчинять поведение поставленной задаче, ученик не умеет руководить своими действиями, у него слабые собственные намерения и побуждения, большая внушаемость. Задание, которое лишено личного смысла для ребёнка-олигофрена или не даёт ему никакого чувства успеха, быстро надоедает. Такие задания ведут к сопротивлению. Из-за непосильных требований у некоторых детей развиваются негативизм и упрямство.

Своеобразие волевой сферы отрицательно влияет на деятельность – недоразвита мотивация, слабые побуждения, недостаточная инициативность. Эти недостатки проявляются в учёбе: обучающиеся выполняют задание без предшествующей ориентировки в нём и не могут сопоставить выполнение задания с конечной целью. Когда дети выполняют учебные задания, то часто уходят от действия, которое правильно начали [14].

Максимальная временная близость результата – это необходимое условие для осуществления волевого усилия. Работа с наглядным материалом, проявление своего мнения, самовыражение благотворно сказываются на уровне волевого контроля детей-олигофренов. Чтобы повысить волевой контроль детей, учитель объясняет целесообразность будущих учебных действий.

### ***Проблемы в межличностных отношениях***

Ребенок с легкой умственной отсталостью отчуждён от других людей. Недоразвитие психических функций не позволяет ему включиться в нормативное общение с ровесниками, осложняет общение со взрослыми. Отношения конфликтные с неадекватными поведенческими реакциями; слабой мотивированностью на установление межличностных контактов. Дети отличаются гиперактивностью, вербальной или физической агрессией. Умственная отсталость сочетается с внушаемостью, иногда дурашливостью, слабым владением этикетом [18].

Школа будет исполнять для ребёнка с лёгкой умственной отсталостью социализирующую роль, если даст ему возможность активной социальной жизни, сотрудничества с ровесниками и взрослыми. Учебная деятельность совершенствует социальные навыки, если ребёнок находится в ситуации успеха.

## **5. Целевая группа**

Обучающиеся начальной школы с ментальными нарушениями и нарушениями опорно-двигательного аппарата.

## **6. Сфера применения**

Программа может применяться не только в качестве дополнительной помощи при освоении обучающимися адаптированной основной образовательной программы, а также для коррекции и развития когнитивных и личностных особенностей обучающихся с целью их более успешной социализации.

## **7. Описание проблемной ситуации, на решение которой направлена программа**

Дети с ментальными нарушениями отличаются многочисленными проблемами в психофизическом, речевом, и эмоционально-волевом развитии. У них недостаточно развиты коммуникативно-рефлексорные процессы: обнаруживаются трудности в общении, недостаточно развито умение владеть своим поведением, наличие конфликтных межличностных отношений. Неблагоприятные стереотипы поведения осложняют и ухудшают без того неразвитую и неполноценную познавательную деятельность ребёнка.

Эмоциональные расстройства и связанные с ними нарушения поведения не всегда, к сожалению, удаётся полностью скорректировать в процессе обучения.

Таким образом, программа направлена на решение целого комплекса трудностей обучающегося младшего звена:

- формирование и развитие учебной мотивации;
- коррекция и развитие познавательной сферы;
- коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы;
- коррекция и развитие коммуникативной сферы.

## **8. Цель и задачи программы**

**Целью** программы является коррекция и развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы обучающихся с нарушением интеллекта и развития личности.

### **Задачи:**

1. Корректировать и развивать внимания, памяти и мышления.
2. Формировать у детей адекватные эмоциональные реакции в отношении себя, своих возможностей.
3. Формировать и закреплять саногенные состояния.
4. Обучать детей техникам конструктивного разрешения межличностных конфликтов.
5. Формировать у детей опыт конструктивного взаимодействия как со взрослыми, так и со сверстниками.
6. Формировать и способствовать развитию учебной мотивации.

Наряду с вышеуказанными задачами на занятиях реализуются в том числе и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

## **9. Длительность реализации программы**

Содержание программы предусматривает её реализацию продолжительностью учебный год, то есть с 1 сентября по 31 мая в каждой параллели с 1 по 4 класс.

## **10. Этапы и алгоритм реализации программы**

Коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, реализовывалась в нескольких этапах:

*I. Первичный этап.* Включает подготовку и проведение диагностики, обработку диагностических данных. Сроки реализации – с 01.09.2022 по 15.09.2022.

*II. Основной этап.* Включает проведение коррекционно-развивающих занятий в групповой форме. Срок реализации – с 16.09.2022 по 15.05.2023.

*III. Заключительный этап.* Включает организацию и проведение итоговой индивидуальной психодиагностики, обработку данных диагностического обследования, информирование педагогов и родителей о результатах работы в рамках программы. Срок реализации – с 15.05.2023 по 31.05.2023.

## **11. Методическое обеспечение и нормативно-правовые основания программы**

Программа по коррекционно-развивающим занятиям для формирования, коррекции и развития познавательной и эмоционально-волевой сферы обучающихся разработана в соответствии с:

✓ Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);

✓ Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования для детей ОВЗ (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598, п. 2.9.5);

✓ постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 26 от 10 июля 2015 г. «Об утверждении СанПин 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ».

Программа основана на методических разработках Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой, наиболее авторитетного психолога в области сказкотехнологии, в частности, ее книг «Практикум по сказкотерапии», «Игры в сказкотерапии» [8, 9].

## **12. Измеряемые конструкты и критерии оценки планируемых результатов**

Для оценки достижения планируемых результатов программы использовалась входящая (первичная) и итоговая диагностика участников программы (обучающихся). Для диагностики были использованы следующие направления, а также критерии оценки.

### ***Диагностика учебной мотивации***

Критерием оценки учебной мотивации будет преимущественно показатель сформированности внутренней позиции школьника:

- положительное отношение к школе, чувство необходимости учения, т. е. в ситуации необязательного посещения школы ребёнок продолжает стремиться к занятиям специфически школьного содержания;
- проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий, что отражается в предпочтении уроков школьного типа урокам дошкольного типа, в наличии адекватного содержательного представления о школе;
- предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома, положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание общепринятых норм поведения в школе;
- предпочтение социального способа оценки своих знаний – отметки дошкольным способам поощрения (сладости, подарки).

Можно выделить следующие уровни сформированности внутренней позиции:

Очень низкий уровень. Отрицательное поступлению в школу.

Низкий уровень. Положительное отношение к школе при отсутствии ориентации на содержание школьной учебной действительности (сохранение дошкольной ориентации). Ребёнок хочет пойти в школу, но при сохранении дошкольного образа жизни.

Средний уровень. Возникновение ориентации на содержательные моменты школьной действительности и образец «хорошего ученика», но при сохранении приоритета социальных аспектов школьного образа жизни по сравнению с учебными.

Высокий уровень. Сочетание ориентации на социальные и собственно учебные аспекты школьной жизни [14].

### ***Диагностика уровня развития познавательных процессов***

В диагностику познавательных процессов включены: внимание, память, мышление. Критерии оценки разделены по уровням сформированности:

- ✧ Очень низкий уровень.
- ✧ Низкий уровень.
- ✧ Средний уровень.
- ✧ Высокий уровень.

Каждый познавательный процесс оценивается отдельно.

### ***Диагностика уровня развития эмоционально-волевой сферы [20].***

В диагностику эмоционально-волевой сферы включено: распознавание эмоций и тревожность. Критерии оценки разделены по уровням сформированности/наличия:

✧ Очень низкий уровень. Ребёнок не способен распознать ни одну из предлагаемых эмоций/тревожность отсутствует.

✧ Низкий уровень. Ребёнок способен распознать 1-10 эмоций из предлагаемых/наличие тревожности до 20 %.

✧ Средний уровень. Ребёнок способен распознать 11-20 эмоций из предлагаемых/наличие тревожности – 20-50 %.

✧ Высокий уровень. Ребёнок способен распознать 21-30 эмоций из предлагаемых/высокий уровень тревожности – свыше 50 %.

Каждый параметр оценивается отдельно.

### ***Диагностика уровня развития коммуникативной сферы***

В состав коммуникативной сферы входят следующие компоненты:

- потребность ребёнка в общении со взрослыми и сверстниками;
- владение определёнными вербальными и невербальными средствами общения;
- приемлемое (т. е. желательно эмоционально позитивное) отношение к процессу сотрудничества;
- ориентация на партнёра по общению;
- умение слушать собеседника.

Критерии оценивания совместной деятельности:

Очень низкий уровень - задание не выполнено совсем или только одним ребёнком.

Низкий уровень – обучающиеся мало коммуницируют, возможно, даже конфликтуют, договорённости в совместном замысле нет.

Средний уровень – обучающиеся частично договорились, о чем будет свидетельствовать результат совместной работы, также имеются и заметные отличия.

Высокий уровень – обучающиеся договорились, активно обсуждают возможный вариант; приходят к согласию; сравнивают способы действия и координируют их, строя совместное действие; следят за реализацией совместного замысла.

## **13. Ожидаемые результаты реализации программы**

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным результатам*, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования – введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом:

- действие смыслообразования (интерес, мотивация);
- действие нравственно-этического оценивания («что такое хорошо, что такое плохо»);

- формирование личного, эмоционального отношения к себе и окружающему миру;
  - формирование желания выполнять учебные действия;
  - использование фантазии, воображения при выполнении учебных действий.
- Метапредметными результатами* будут являться:
- развитие умения взаимодействовать с окружающими, выполняя разные роли в пределах речевых потребностей и возможностей младшего школьника;
  - расширение общего и общекультурного кругозора младшего школьника;
  - коррекция и развитие познавательной (восприятие, внимание, мышление), эмоциональной (распознавание эмоций и чувств; снижение тревожности) и волевой (саморегуляция) сфер младшего школьника;
  - формирование и развитие мотивации к овладению учебной деятельности.

#### **14. Описание и источники психодиагностического инструментария**

##### ***Диагностика учебной мотивации:***

- психологическое наблюдение;
- методика «Беседа о школе» Т. А. Нежной [5] (в модификации Г. В. Трифионовой).

##### ***Диагностика уровня развития познавательных процессов:***

- методика «Четвертый лишний» [15];
- методика «10 картинок»;
- методика «10 слов»;
- тест «Корректирующая проба» Б. Бурбона.

##### ***Диагностика уровня развития эмоционально-волевой сферы:***

- психологическое наблюдение;
- методика «Выбери нужное лицо»;
- изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображённых на картинке (Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина) [20].

##### ***Диагностика уровня развития коммуникативной сферы:***

- психологическое наблюдение;
- методика «Рукавички» Г.А. Цукерман [5].

#### **15. Описание методов и используемых методик**

Основным методом, на котором, собственно, строится все содержание данной программы, является сказкотерапия. Данный метод можно отнести к инновационным технологиям.

К сказкам обращались в своей практике известные зарубежные и отечественные психологи: Э. Фромм, Э. Берн, Э. Гарднер, И. В. Вачков, М. Осорина, Е. Лисина, Е. Петрова, Т. Зинкевич-Евстигнеева и другие [3, 4, 10, 11].

Сказкотерапия помогает актуализировать социальный опыт ребёнка с ментальными нарушениями, строить особые доверительные, дружеские отношения с окружающими, создаёт благодатную почву для развития воображения. Сказкотерапия направлена на сохранение эмоционального здоровья

детей, она незаменима при тревожных состояниях, немотивированной агрессии, замкнутости, трудностях в общении и других расстройствах. Ребёнок на уровне собственных ощущений получает опыт того, какое поведение более правильно; понимает, что вражда и зависть не дают ничего хорошего, а дружба и взаимоподдержка дают много хороших эмоций. Более того, в самостоятельном сочинении сказки, ребёнок имеет возможность манипулировать сценарием, направлять ход событий в определённом направлении, а значит, это первый опыт влиять на своё настроение, первые навыки самоконтроля.

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.

Развитие обучающихся с ментальными нарушениями с помощью сказок помогает им лучше адаптироваться в окружающей действительности и справляться с трудностями и проблемами, возникающими в жизни.

Программа разработана на основе обращения к опыту зарубежных и отечественных психологов, занимающихся данной проблемой.

Новизна программы заключается в том, что методы и технологии, которые описаны у авторов, адаптированы к особенностям данной категории детей.

Кроме того, в данной программе разработаны алгоритмы проведения занятий: работа со сказкой и завершающим занятием по теме является предметно-практической деятельностью детей.

Изучение сказки включает как теоретическую (см. табл. 1), так и практическую часть.

*Таблица 1*

### Теоретическая часть

Этап	Назначение	Содержание этапа. Деятельность детей
1.Начало (вход)	Создать настрой на совместную работу	Ритуал приветствия. Коллективные адаптационные игры, упражнения. Дети играют
2.Расширение	Расширить представления ребенка о чём-либо	Ведущий рассказывает или читает, или показывает детям новую сказку. Спрашивает, хотят ли они попробовать, помочь какому-либо персонажу из сказки. Дети слушают, говорят
3. Закрепление	Приобрести новый опыт, закрепить новые качества личности	Ведущий проводит игры, позволяющие детям приобрести и закрепить новый опыт; совершаются символические путешествия и превращения. Разыгрываются инсценировки. Дети общаются, играют, рисуют, лепят – раскрывают творческий потенциал

Этап	Назначение	Содержание этапа. Деятельность детей
4.Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью	Ведущий обсуждает и анализирует вместе с детьми, в каких ситуациях их жизни они могут использовать тот опыт, который приобрели сегодня. Дети проводят аналогии, анализируют, обобщают, синтезируют, вскрывают причинно-следственные связи
5. Завершение (выход)	Подготовить ребёнка к взаимодействию в привычной социальной среде	Ведущий говорит: «Мы берём с собой всё важное, что было сегодня с нами, всё, чему мы научились в свою повседневную жизнь». Ритуал прощания. Дети играют, благодарят друг друга и учителя за работу, прощаются с ведущим.

*В практической части* используются индивидуальные, подгрупповые, групповые, фронтальные формы, на которых обучающиеся занимаются предметно-практической деятельностью.

Программа является вариативной: педагог-психолог может вносить изменения в содержание тем (выбрать ту или иную игру, форму работы, дополнять занятия новыми приемами и т. д.)

## **16. Перечень и описание программных мероприятий**

Программа содержит диагностические и коррекционно-развивающие мероприятия, обеспечивающие удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей обучающихся с ментальными нарушениями, освоение ими адаптированной основной общеобразовательной программы, а также успешной социализации.

Диагностические мероприятия составляют первичную и итоговую диагностику, которую психолог проводит в начале и конце реализации программы. Методики, выбранные для проведения исследования на определение уровня развития познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, подобраны с учетом особенностей обучающихся с ментальными нарушениями. Подробная информация о методиках приведена в 14 пункте (см. выше), а также Приложение 1.

Коррекционно-развивающие мероприятия составляют занятия в соответствии с календарно-тематическим планированием. Занятие проводится в рамках внеурочной деятельности, как вариант, продолжительностью в 40 минут и периодичностью 1 раз в неделю.

## **17. Ресурсы, необходимые для реализации программы**

Требования к специалистам, реализующим программу: наличие высшего психолого-педагогического образования, дополнительное повышение квалификации в области «Сказкотерапия»/«Арт-терапия», опыт с детьми, имеющими ментальные нарушения.

Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации программы:

- наличие компьютера, принтера, сканера;
- пальчиковый театр/кукольный театр (согласно наименованию сказок);
- аудио- и видеозаписи заявленных сказок;
- альбомы или листы формата А4;
- цветные карандаши, мелки, кисточки, краски;
- сенсорная комната/помещение для реализации занятий.

Оборудование сенсорной комнаты:

- сенсорные дорожки;
- релаксационные кресла;
- сенсорные коробочки
- сухой бассейн;
- мягкий модуль-конструктор «Городок»;
- модуль-трансформер (вестибулярный тренажер с опорами);
- телевизор, флешка.

Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы: наличие библиотеки с необходимой литературой и доступ в интернет.

## **18. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы**

Педагог-психолог.

*Обязанности:*

- ❖ осуществляет профессиональную деятельность, направленную на сохранение психического, соматического и социального благополучия детей в процессе реализации программы;
- ❖ проводит психологическую диагностику (первичную, итоговую), знакомит родителей (законных представителей) с результатами диагностики;
- ❖ следует принципу конфиденциальности – не разглашает результаты диагностики, личные данные третьим лицам;
- ❖ ведет необходимую документацию на протяжении всего времени реализации программы.

*Права:*

- ❖ адаптировать задания, занятия, игры в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ОВЗ (при наличии сочетанного дефекта);
- ❖ обмениваться информацией со специалистами смежных специальностей в интересах обучающегося.

Обучающиеся.

*Права и обязанности:*

- ❖ активно работают на занятиях;
- ❖ стараются выполнять все задания по теме программы.

Родители (законные представители) обучающихся.

*Права и обязанности:*

❖ участвовать в реализации программы, присутствовать на занятиях, во время диагностического обследования;

❖ знакомиться с ходом и содержанием данной программы, с рекомендациями по профилактике трудностей в обучении, воспитании и социализации, отклонений в развитии и поведении.

Педагоги.

*Права и обязанности:*

❖ взаимодействует с педагогом-психологом;

❖ использует на занятиях упражнения, способствующие развитию познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер.

## **19. Способы, которыми обеспечивается гарантия прав её участников**

Гарантии прав участников программы обеспечиваются следующими нормативно-правовыми документами:

- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- федеральный закон «Об образовании Российской Федерации»;
- должностные инструкции педагога-психолога;
- устав образовательной организации;
- договор между родителями ребёнка (законными представителями) и образовательной организацией;
- письменное согласие родителей ребёнка (законных представителей) на психолого-педагогическое сопровождение;
- этический кодекс педагога-психолога;
- письменное согласие родителей ребёнка (законных представителей) на выбор курса внеурочной деятельности «Волшебные сказки».

В начале проведения занятий обучающиеся знакомятся с правилами работы в группе, основанными на принципах: «здесь и сейчас», взаимоуважения, конфиденциальности высказываний.

## **20. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Контроль за реализацией программы осуществлялся заместителем директора по учебно-воспитательной работе (начальная школа) с помощью «Сетевого города». В журнале обозначены фамилии участников программы, темы занятий и даты их проведения.

## **21. Факторы, влияющие на достижение результатов программы**

Одним из существенных факторов, влияющих на достижение результатов программы, является отсутствие пропусков, то есть, когда обучающийся посещает занятие каждую неделю. К сожалению, это практически невозможно осуществить, потому что дети с ОВЗ соматически ослаблены, а также нуждаются в дополнительных реабилитационных мероприятиях.

## **22. Сведения о практической апробации программы на базе организации**

Коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, была апробирована на базе МБОУ «Школа-интернат № 4 г. Челябинска» в период с 1 сентября 2022 года по 29 сентября 2023 года.

### **23. Описание выборки**

В апробации программы принимало участие 19 обучающихся с НОДА и ментальными нарушениями:

2 класс – 4 человека (в т. ч. 2 обучающихся с сочетанным дефектом: РАС);

3 класс – 10 человек;

4 класс – 5 человек (в т. ч. 1 обучающийся с сочетанным дефектом: РАС).

Учтено то количество обучающихся, которые стабильно посещали занятия, но тем не менее имеют минимальное количество пропусков (около 5 % от всего объёма программы).

### **24. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы**

Апробация программы проводилась на обучающихся 2-4 коррекционных классах МБОУ «Школа-интернат № 4 г. Челябинска» в период с 1 сентября 2022 г. по 29 сентября 2023 г. Всего в апробации приняло участие 19 обучающихся начальной школы.

Оценка эффективности программы основывалась на результатах диагностики, а точнее сравнения результатов диагностики до проведения программы (контрольная диагностика) с результатами диагностики после реализации программы (итоговая диагностика). На этапе диагностики был использован тот же диагностический инструментарий (до и после реализации программы), а также учтены рекомендации при проведении исследования – индивидуально, кроме методики «Рукавички», поскольку именно при проведении данной методики требуется парная работа. Ниже следует описание результатов по измераемым параметрам в сравнении.

#### ***Диагностика учебной мотивации***

2 класс

Контрольная диагностика: 25 % – очень низкий уровень, 75 % – низкий.

Итоговая диагностика: 50 % – низкий уровень, 50 % – средний.

Показатели проб разнятся до и после реализации программы – что говорит о положительных изменениях в формировании и развитии учебной мотивации, т. е. средний уровень сформированности учебной мотивации позволяет говорить о возникновении ориентации на содержательные моменты школьной действительности и образец «хорошего ученика», но при сохранении приоритета социальных аспектов школьного образа жизни по сравнению с учебными. Во втором классе этот показатель крайне важен, поскольку у некоторых обучающихся возможна продолжительная адаптация, а также ввод оценочной системы обучения.

3 класс

Контрольная диагностика: 30 % – очень низкий уровень, 50 % – низкий, 20 % – средний.

Итоговая диагностика: 10 % – очень низкий уровень, 30 % – низкий, 40 % – средний, 20 % – высокий.

Показатели проб разнятся до и после реализации программы – что говорит о положительных изменениях в формировании и развитии учебной мотивации. В параллели третьеклассников наблюдаются обучающиеся с высоким уровнем развития учебной мотивации, что позволяет говорить о сочетании ориентации на социальные и собственно учебные аспекты школьной жизни.

4 класс

Контрольная диагностика: 20 % – очень низкий уровень, 60 % – низкий, 20 % – средний.

Итоговая диагностика: 10 % – очень низкий уровень, 20 % – низкий, 60 % – средний.

Показатели проб разнятся до и после реализации программы – что также позволяет отметить положительные изменения в формировании и развитии учебной мотивации в параллели четвероклассников. Для выпускников начальной школы показатель учебной мотивации важен, поскольку при переходе в среднее звено в период адаптации у обучающихся могут возникнуть ряд трудностей.

#### *Диагностика уровня развития познавательных процессов*

2 класс

В таблице 2 представлена сводная по результатам исследования познавательных процессов до и после реализации основного содержания программы (в %)

Таблица 2

**Сводная таблица по результатам исследования познавательных процессов обучающихся 2 класса (в %)**

Уровень/познавательный процесс	Мышление		Память				Внимание	
			зрительная		слуховая			
	до	после	до	после	до	после	до	после
Очень низкий	75	25	25	-	50	25	75	25
Низкий	25	25	75	50	50	25	25	25
Средний	-	50	-	50	-	50	-	50
Высокий	-	-	-	-	-	-	-	-

Согласно полученным результатам итоговой диагностики очевидна положительная динамика по каждому познавательному процессу, который представлен в таблице. Это позволяет сделать вывод о том, что обучающиеся 2 класса будут более успешно осваивать адаптированную основную образовательную программу.

3 класс

В таблице 3 представлена сводная по результатам исследования познавательных процессов до и после реализации основного содержания программы (в %)

Таблица 3

**Сводная таблица по результатам исследования познавательных процессов обучающихся 3 класса (в %)**

Уровень/познавательный процесс	Мышление		Память				Внимание	
	до	после	зрительная		слуховая		до	после
			до	после	до	после		
Очень низкий	20	10	30	10	30	20	50	30
Низкий	60	40	40	20	50	30	40	20
Средний	20	50	30	50	20	40	10	50
Высокий	-	-	-	-	-	-	-	-

Согласно полученным результатам итоговой диагностики очевидна также положительная динамика по каждому познавательному процессу, что также позволяет прогнозировать успешность обучающихся 3 класса при освоении адаптированной основной образовательной программы.

4 класс

В таблице 4 представлена сводная по результатам исследования познавательных процессов до и после реализации основного содержания программы (в %).

Таблица 4

**Сводная таблица по результатам исследования познавательных процессов обучающихся 4 класса (в %)**

Уровень/познавательный процесс	Мышление		Память				Внимание	
	до	после	зрительная		слуховая		до	после
			до	после	до	после		
Очень низкий	20	20	40	20	40	20	60	20
Низкий	40	20	20	-	40	20	20	20
Средний	40	60	40	80	20	40	20	60
Высокий	-	-	-	-	-	20	-	-

Согласно полученным результатам итоговой диагностики очевидна положительная динамика по каждому познавательному процессу, что также позволяет прогнозировать успешность обучающихся 4 класса при освоении адаптированной основной образовательной программы.

***Диагностика уровня развития эмоционально-волевой сферы***

2 класс

В таблице 5 представлена сводная по результатам исследования эмоционально-волевой сферы до и после реализации основного содержания программы (в %)

**Сводная таблица по результатам исследования  
эмоционально-волевой сферы обучающихся 2 класса (в %)**

Уровень/ эмоционально-волевая сфера	Тревожность		Понимание эмоц. состояний людей	
	до	после	до	после
Очень низкий	-	-	50	25
Низкий	25	50	50	25
Средний	50	50	-	50
Высокий	25	-	-	-

Анализируя результаты диагностики, можно сделать вывод о том, что у обучающихся, прошедших цикл коррекционно-развивающих занятий по программе, наблюдается положительная динамика: распознавание эмоциональных состояний у людей через картинки и снижение тревожности. Всё это в свою очередь прогнозирует благоприятную социализацию.

3 класс

В таблице 6 представлена сводная по результатам исследования эмоционально-волевой сферы до и после реализации основного содержания программы (в %)

Таблица 6

**Сводная таблица по результатам исследования  
эмоционально-волевой сферы обучающихся 3 класса (в %)**

Уровень/ эмоционально-волевая сфера	Тревожность		Понимание эмоц. состояний людей	
	до	после	до	после
Очень низкий	-	-	30	20
Низкий	10	30	50	30
Средний	50	50	20	50
Высокий	40	20	-	-

Результаты диагностики позволяют сделать вывод о том, что у обучающихся после цикла коррекционно-развивающих занятий по программе, наблюдается положительная динамика личностных и социальных результатов.

4 класс

В таблице 7 представлена сводная по результатам исследования эмоционально-волевой сферы до и после реализации основного содержания программы (в %)

**Сводная таблица по результатам исследования  
эмоционально-волевой сферы обучающихся 4 класса (в %)**

Уровень/ эмоционально-волевая сфера	Тревожность		Понимание эмоц. состояний людей	
	до	после	до	после
Очень низкий	-	-	20	20
Низкий	40	40	80	40
Средний	40	60	-	40
Высокий	20	-	-	-

Анализируя результаты диагностики, можно сделать вывод о том, что у обучающихся, посетивших цикл коррекционно-развивающих занятий по программе, наблюдается положительная динамика личностных и социальных результатов. Что, собственно, позволяет прогнозировать благоприятное течение адаптации при переходе обучающихся в среднее звено.

***Диагностика уровня развития коммуникативной сферы***

В таблице 8 представлена сводная по результатам исследования коммуникативной сферы до и после реализации основного содержания программы (в %)

Таблица 8

**Сводная таблица по результатам исследования  
коммуникативной сферы (в %)**

Уровень/класс	2 класс		3 класс		4 класс	
	до	после	до	после	до	после
Очень низкий	25	25	10	-	20	20
Низкий	75	25	70	50	60	20
Средний	-	50	20	50	20	60
Высокий	-	-	-	-	-	-

Показатели проб разнятся до и после реализации программы – что говорит о положительных изменениях в формировании и развитии коммуникативной сферы, т.е. средний уровень позволяет говорить как минимум о возможности диалога между обучающимися, а также потребности в общении и достижении поставленной общей цели путём согласования и отслеживания результата деятельности.

Данный цикл коррекционно-развивающих занятий даст возможность обучающимся с ментальными нарушениями и НОДА адаптироваться к новым условиям жизни. Создаст у них чувство принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, они смогут овладеть определёнными коммуникативными навыками, игровой деятельностью, умением понимать эмоциональные состояния других людей, научатся распознавать их чувства, расширят представления об окружающем мире. Каждое занятие представляет собой сочетание коррекционно-развивающих упражнений с разнообразным познавательным материалом. Занятия разработаны в игровой форме, способствуют

непринуждённой коррекции и развитию обучающихся с ментальными нарушениями и НОДА.

*Методы отслеживания* успешности овладения обучающимися содержанием программы: наблюдение; беседа; анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов.

### **Критерии и показатели результативности**

#### ***Общее психофизиологическое развитие***

- развитие физиологических, возрастных, психоэмоциональных, интеллектуальных и речевых функций;
- активизация мышления;
- улучшение эмоционального состояния;
- активизация учебной деятельности;
- развитие мелкой моторики.

#### ***Эмоциональное развитие***

- обогащение эмоционального опыта;
- преодоление страхов;
- снижение уровня тревожности и агрессивности;
- формирование эмоционально спокойного состояния, способствующего снятию негативных эмоций и состояний;
- формирование коммуникативных навыков у детей.

#### ***Социальное развитие***

- формирование способностей осознания и переживания успеха-неуспеха, результатов деятельности;
- ориентация ребенка на взрослого как на источник социального опыта;
- формирование организационных умений;
- развитие умения переносить освоенные навыки в незнакомую ситуацию;
- развитие умения подчинять свои поступки усвоенным моральным и этическим нормам;
- формирование и развитие творческих способностей;
- формирование и развитие самосознания, самоконтроля, адекватного отношения к себе и окружающим;
- формирование правильного поведения в коллективе.

## **25. Ограничения применения программы и предложения по ее дальнейшему применению и развитию**

Ограничения в применении можно отметить лишь в том, что при наличии в группе ребёнка с сочетанным дефектом – РАС: необходимо организовывать деятельность с учётом особенностей обучающихся с РАС.

Дальнейшее развитие программы состоит в том, чтобы диагностически подтвердить или опровергнуть сформированность и закрепление саногенных состояний, а также формирование и развитие реципрокной координации. Что, собственно, заявлено в задаче программы. Пока это частично подтверждается только психологическим наблюдением.

## Список литературы

1. Акимова, М. К., Козлова Т. В. – Психологическая коррекция умственного развития школьников. – М., 2002. – 160 с.
2. Вачков, И. В. Групповые методы в работе школьного психолога. – М., 2002. – 223 с.
3. Вачков, И. В. Введение в сказкотерапию или Избушка, избушка, повернись ко мне передом... / И. В. Вачков // Школьный психолог. – 2011 – № 17. – С. 2–9.
3. Вачков, И. В. Сказка в работе психолога: определение и типология / И.В. Вачков // Психология воспитания. 2010 – № 2. – С. 80 – 86.
4. Вачков, И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп / И. В. Вачков. – М.: Ось – 89, 2007 – 144 с.
5. Венгер А. Л., Цукерман Г. А. Психологическое обследование младших школьников». Практическое пособие. - М.: Владос, 2001. – 87 с.
6. Гнездилов, А. В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балуба) / А. В. Гнездилов. – СПб.: Речь, 2004 – 304 с.
7. Громова Т. В. «Страна Эмоций» Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка. - М., УЦ «Перспектива», 2002. – 48 с., илл.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Игры в сказкотерапии – СПб.: Речь, 2011 – 208 с.
9. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Практикум по сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: ООО Речь, 2004 – 310 с.
10. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика Сказкотерапии /Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Златоуст, 1998. – 352 с.
11. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Основы сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева //Школьный психолог. 2001 – № 26. – С. 72 – 78.
12. Дети социального риска и их воспитание. – СПб., 2003. – 143 с.
13. Детская патопсихология : Хрестоматия : Учеб. пособие / Сост. Н. Л. Белопольская. – 3. изд., стер. – Москва: Когито-Центр, 2004 (ОАО Можайский полигр. комб.). – 349 с.
14. Диагностика и коррекционная работа с умственно отсталыми детьми. – Шадринск, 2000. – 167 с.
15. Методическое пособие «Диагностика базовых учебных действий» /автор-составитель Трифонова Г. В., методист ЦСО СО, педагог-психолог высшей квалификационной категории ГБОУ СО школы-интерната № 115 г. о. Самара – 84 с.
16. Осипова, А. А. Общая психокоррекция. Учебное пособие / А. А. Осипова. М.: СФЕРА, 2009. – 510 с.
17. Панфилова М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001. – 160 с.
18. Психологическое изучение детей с нарушениями развития / Под научной редакцией И.Ю. Левченко. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 70 с.

19. Семаго Н. Я. Семаго М. М. Диагностический альбом для оценки развития познавательной Деятельности младший школьный возраст. – М.: Айрис-пресс, 2005. – 50 с.

20. Урунтаева, Г. А., Афонькина, Ю. А. Практикум по детской психологии/ Под ред. Г. А. Урунтаевой, – М.: Просвещение: Владос, 1995 – 291 с.

21. Федеральный государственный образовательный стандарт образования Обучающихся с умственной отсталостью нарушениями). – М., 2014.

**Программа психолого-педагогического сопровождения  
и оказания адресной психологической помощи детям,  
прибывшим с территориями ЛНР, ДНР и Украины**

*Легошин И. В.,*

*педагог-психолог*

*МБОУ «СОШ № 54 г. Челябинска»*

**Паспорт программы**

Наименование программы	Программа психолого-педагогического сопровождения и оказания адресной психологической помощи детям, прибывшим с территориями ЛНР, ДНР и Украины
Уровень программы	Коррекционно-развивающая программа
Продолжительность курса	В течение учебного года
Сроки прохождения программы	Программа реализуется в течение учебного года. Программа состоит из 7 модулей. Модули применяются в зависимости от того, какие рекомендации даны специалистами школьного психолого-педагогического консилиума и от индивидуальных психофизических особенностей обучающегося. Модули подбираются индивидуально по результатам входящей диагностики
Целевые группы, на которые рассчитана программа	Дети, прибывшие с территориями Донецкой Народной Республики (далее – ДНР), Луганской Народной Республики (далее – ЛНР) и Украины. Программа направлена на восстановление психического, физического и социального благополучия, которое позволит детям справляться со стрессовыми ситуациями, реализовывать свой потенциал, успешно обучаться
Форма проведения	Индивидуальные занятия, подгрупповые занятия, групповые занятия.
Авторы-составители	Легошин Игорь Валерьевич, педагог-психолог. Используются материалы (модуль логопедических занятий) Моисеевской Елены Сергеевны, учителя логопеда

## **Пояснительная записка**

Военные действия оказывают крайне негативное влияние на здоровье людей, одной из самых уязвимых категорий населения являются дети. Наносятся ущерб не только физическому здоровью, нарушается так же социальное и психологическое благополучие. Проблемы могут проявляться в виде различных невротических реакций, посттравматических стрессовых расстройств, снижении способности адаптироваться, проявлять социальную активность, успешно обучаться.

У детей, прибывших с территорий ЛНР, ДНР и территории Украины, могут проявляться чувства незащищенности и беспомощности. Заниженная самооценка и отчужденность может мешать адаптации к новому классу. Невыраженные эмоции могут перейти в вербальную или физическую агрессию. Может происходить патологическая деформация характера, возникнуть склонность к асоциальному поведению и формированию различного рода зависимостей. Окружающий мир может казаться агрессивным. Возможны проявления депрессии, астенических состояний, нарушения сна и поведения, тревожности. Могут наблюдаться частые болезни и соматические нарушения.

Адаптационный период к новым условиям жизни, к новым условиям обучения может быть осложнен в следствие вышеописанных факторов. Дети могут испытывать затруднения в обучении в следствие того, что стресс и перенесённые психотравмирующие обстоятельства могли привести к расстройству познавательных способностей. Осложняет ситуацию и тот факт, что дети обучались по образовательной программе иностранного государства. Для старшеклассников стрессовым фактором может являться то, что необходимо определяться с будущей профессией и поступлением в высшее или средне специальное учебное заведение. У детей любого возраста возможны сложности со способностью понимать своё состояние, уметь его контролировать и регулировать.

Настоящая программа разработана с целью оказания психолого-педагогической помощи детям, прибывающим с территорий Донецкой Народной Республики (далее – ДНР), Луганской Народной Республики (далее – ЛНР) и Украины. Программа направлена на восстановление психического, физического и социального благополучия, которое позволит детям справляться со стрессовыми ситуациями, реализовывать свой потенциал, успешно обучаться.

Основной формой взаимодействия специалистов для определения стратегии психолого-педагогического сопровождения детей, прибывших с территорий ЛНР, ДНР и Украины, является психолого-педагогический консилиум образовательной организации (далее ППк).

Программа психолого-педагогической помощи детям, прибывающим с территорий ЛНР, ДНР и Украины, может реализоваться в общеобразовательных организациях.

## **Сведения об апробации**

На данный момент психолого-педагогическое сопровождение по данной программе успешно осуществляется у 18 обучающихся. Возраст обучающихся от 7 до 18 лет. 18 обучающихся, прибывших с территорий ДНР, ЛНР и Украины, получают необходимую психолого-педагогическую помощь. 17 детей

обучаются по основной общеобразовательной программе, 1 ребёнок обучается по адаптированной основной общеобразовательной программе. Наблюдение и психолого-педагогическое сопровождение по данной программе необходимо до тех пор, пока признаки дезадаптации (такие как стабильная неуспеваемость по одному или нескольким предметам, дезадаптированность в классном коллективе, проявления тревожности, девиантное поведение) не исчезнут и не будут проявляться в течение одной учебной четверти. На данный момент 11 обучающихся в полной мере адаптировались к новым условиям обучения и проживания. 7 обучающихся проявляют признаки дезадаптации, с ними ведется работа по оказанию им адресной психолого-педагогической помощи. Программа реализуется с сентября 2022 года по настоящее время и показывает свою эффективность.

Программа психолого-педагогической помощи детям, прибывающим с территорий ЛНР, ДНР и Украины, разработана для реализации в общеобразовательных организациях.

Программа направлена на обеспечение комплексного психолого-педагогического сопровождения детей, прибывших с территорий ДНР, ЛНР и Украины и оказания им адресной помощи. При разработке программы были проанализированы работы Л. А. Ясюковой, Т. В. Ахутиной, А. В. Семенович, Л. С. Цветковой, и др. [1,7]. В этих работах авторы рассматривают проблему трудностей в обучении с учетом положения огетерохронии и индивидуальной неравномерности созревания высших психических функций в онтогенезе и способов коррекции. В работах А. И. Захарова, А. Л Венгер, Е. И. Морозова, В. Н. Мясичева, Л. Б. Шнейдер и др. [2,5] рассматриваются психотерапевтические методы коррекции неврозов и посттравматического расстройства, приводятся методы диагностики данных состояний.

Развитие и коррекция высших психических функций проводятся с помощью игр и упражнений. Нейропсихологическая коррекция применяется для преодоления отклонений и нарушений в развитии психических функций. Методы изотерапии, игротерапии, информирование, метафоры, установление логических взаимосвязей, логические обоснования, эмоциональное заражение используются в рамках психологических консультаций (Л. Б. Шнейдер). В качестве основы для проведения психологических консультаций используется рационально-эмоционально-поведенческая терапия (А. Эллис) [8]. Для релаксации, снятия мышечного напряжения, устранения тревожных проявлений используются методы прогрессивного мышечного расслабления (Э. Джекобсон) и дыхательные гимнастики. Для формирования навыков ассертивного поведения используются элементы тренингов.

Разработанная и реализуемая программа включает в себя следующие основные этапы психолого-педагогического сопровождения:

I. Заседание школьного ППк, первичное психолого-педагогическое обследование, сбор психологического анамнеза, консультирование родителей (законных представителей) по вопросам обучения и воспитания детей, определение стратегии сопровождения;

II. Этап активного психолого-педагогического сопровождения, которое

заключается в проведении мониторинга успеваемости и процесса адаптации к обучению, проведении психологических консультаций и психокоррекционных занятий, проведении воспитательных мероприятий;

III. Этап заключительного психолого-педагогического обследования, анализ результатов психолого-педагогического сопровождения.

### **Цель и задачи программы**

Цель данной программы – создание условий для преодоления ребенком десоциализирующих последствий и оказание адресной психолого-педагогической помощи.

Задачи:

1. развитие эмоционального интеллекта, коммуникативной компетентности, позитивной и конструктивной «Я-концепции»;
2. формирование адекватной самооценки, обучение асертивному поведению, навыков уверенного поведения и толерантности;
3. обучение навыкам активного слушания и овладение вербальными и невербальными средствами общения, умению согласованно работать в команде, повышение эффективности взаимодействия подростков в группе;
4. снижение уровня ситуативной и личностной тревожности;
5. выработка стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций;
6. развитие импрессивной и всех компонентов экспрессивной речи, устранение нарушений устной и письменной речи, профилактика различных видов специфических расстройств развития школьных навыков;
7. ликвидация пробелов знаний по учебным предметам.

**Форма реализации программы: очная**

Режим занятий подбирается индивидуально.

**Целевая группа:** дети, прибывшие с территорий ДНР, ЛНР и Украины.

### **Условия реализации программы**

Для реализации программы необходимы учебные помещения (кабинет педагога психолога, кабинет учителя логопеда) соответствующие СанПиН. В кабинете необходимо иметь: Компьютер или ноутбук, МФУ, проектор, мебель (детские столы и стулья, стол и стул для специалиста), стеллажи для хранения дидактических пособий, доска для мела, мягкий диванчик, кулер для воды, мягкие геометрические фигуры (желательно), гимнастические коврики, гимнастический мат, сенсорные дорожки.

### **Срок реализации программы**

Минимальное количество индивидуальных, подгрупповых и групповых психолого-педагогических и логопедических занятий определяется индивидуально по результатам проведения первичной углубленной психолого-педагогической и логопедической диагностики. Для каждого участника программы конструируется индивидуальный маршрут психолого-педагогического сопровождения.

## **Ожидаемые результаты реализации программы**

Создание условий для преодоления ребенком десоциализирующих последствий, возникших в ходе пребывания в зоне проведения боевых действий, вынужденной смены места жительства и изменения условий обучения и воспитания.

Развитие эмоционального интеллекта, коммуникативной компетентности, позитивной и конструктивной «Я-концепции».

Формирование адекватной самооценки, обучение асертивному поведению; навыков уверенного поведения и толерантности.

Обучение навыкам активного слушания и овладение вербальными и невербальными средствами общения, умению согласованно работать в команде, повышение эффективности взаимодействия подростков в группе.

Снижение уровня ситуативной и личностной тревожности.

Выработка стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций.

Развитие импрессивной и всех компонентов экспрессивной речи, устранение нарушений устной и письменной речи, профилактика различных видов специфических расстройств развития школьных навыков.

Развитие высших психических функций – память, внимание, мышление, речь, восприятие, воображение.

Содействие регуляции и нормализации мышечного тонуса с помощью растяжек, реципрокных упражнений.

Развитие пространственных представлений.

Развитие крупной и мелкой моторики.

Развитие коммуникативных навыков.

Развитие регуляторной функции, способность регулировать своё поведение.

Ликвидация пробелов в знаниях по учебным предметам.

## **Требования к специалистам, реализующим программу**

Специалисту, реализующему программу, необходимо:

- иметь знания в сфере педагогической психологии, клинической психологии, в частности, об особенностях психического развития детей (в т.ч. с ОВЗ, имеющих когнитивные, речевые, поведенческие нарушения);
- знать методы нейропсихологической диагностики и коррекции детского возраста;
- уметь учитывать индивидуальные особенности детей;
- знать технологии включения ребенка в общеобразовательную среду;
- уметь мотивировать ребенка на выполнение трудных заданий, устанавливать продуктивный контакт с ребенком.

## **Вид программы**

Программа предназначена для использования педагогами-психологами в общеобразовательных организациях, в которых обучаются дети, прибывшие из ДНР, ЛНР и территории Украины.

Предлагаемая программа может служить основой для организации психолого-педагогического сопровождения детей, попавших в тяжелую

жизненную ситуацию. В данном случае специалист адаптирует программу с учетом индивидуальных психологических особенностей ребенка: сокращает или дополняет отдельные части программы, увеличивает количество занятий по наиболее трудным темам.

В зависимости от индивидуальных особенностей детей, в структуру занятий включаются игры или упражнения, направленные на развитие коммуникативных навыков, снижение уровня ситуативной и личностной тревожности, произвольного внимания, коррекцию тревожно-фобических проявлений и др. Программа реализуется как в индивидуальной, так и в подгрупповой и групповой форме.

### **Участники программы**

Данная программа предназначена для работы с детьми, прибывающим с территорий ЛНР, ДНР и Украины. Возрастная группа от 7 до 18 лет. Минимальное количество индивидуальных, подгрупповых и групповых психолого-педагогических и логопедических занятий определяется индивидуально, по результатам проведения первичной углубленной психолого-педагогической и логопедической диагностики. Для каждого участника программы конструируется индивидуальный маршрут психолого-педагогического сопровождения.

### **Проведение школьного психолого-педагогического консилиума**

Психолого-педагогический консилиум является основной формой взаимодействия специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение детей, прибывших с территорий ЛНР, ДНР и территории Украины. В ППк входят: заместитель директора по УВР, педагоги-психологи, логопед, классные руководители, социальный педагог.

При поступлении в образовательную организацию обучающегося, прибывшего с территории ЛНР, ДНР и Украины, организуется ППк. Принимается решение о необходимости наблюдения за ходом адаптации ребенка в течение одной учебной четверти, контроле успеваемости и посещаемости.

Педагогом-психологом приглашаются родители (законные представители) для сбора психологического анамнеза и консультативной беседы. В ходе беседы определяется психологическое состояние родителя (законного представителя) и озвучиваются рекомендации. Родителю (законному представителю) сообщается информация о кризисных службах и службах психологической помощи. Социальный педагог на встрече с родителем (законным представителем) собирает информацию для составления социально-психологического статуса. Педагог-психолог берёт у родителя (законного представителя) согласие на работу специалистов ППк с ребенком.

Проводится психолого-педагогическая и логопедическая диагностика обучающегося. Если в процессе диагностики прогнозируются трудности в освоении основной общеобразовательной программы, то принимается решение о направлении ребёнка на ПМПк с целью определения дальнейшей программы обучения. Ребёнка зачислят на курсы преодоления трудностей в обучении по русскому языку, математике и английскому языку. Классным руководителем в классе формируется «группа поддержки» ребенка с целью

поощрения успехов, возможностью поделиться страхами и переживаниями, услышать от других ребят оценку своего поведения.

### **Структура и содержание программы**

Программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся прибывших из ЛНР, ДНР и Украины, реализуется в индивидуальной, подгрупповой и групповой формах. Общий объем программы определяется структурой нарушений, выявленных у ребенка в ходе психолого-педагогического обследования.

Программа имеет модульную структуру, то есть для психолого-педагогического сопровождения ребенка можно брать любой модуль, дополнять его в зависимости от результатов диагностики и наблюдения в период адаптации.

Программа включает в себя следующие модули:

1. Модуль групповых и индивидуальных психокоррекционных занятий, направленных на развитие когнитивной и эмоционально-волевой сферы 1-4 класс.

2. Модуль групповых и индивидуальных психокоррекционных занятий, направленных на развитие когнитивной и эмоционально-волевой сферы 5-9 класс.

3. Модуль групповых и индивидуальных психокоррекционных занятий, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы 1-4 класс.

4. Модуль «Формирование стрессоустойчивости» 5-11 класс.

5. Модуль нейропсихологической коррекции «Умные движения» 1-4 класс (в данном модуле нейропсихологические занятия объединены с занятиями по адаптации детей к школе и формированию образа ученика).

6. Модуль логопедических занятий для обучающихся 1-4-х классов (Моисеенкова Е. С.).

7. Модуль логопедических занятий для обучающихся 5-9-х классов (Моисеенкова Е. С.).

Все тематические планы занятий, на усмотрение специалистов, реализующих мероприятия программы, могут быть уменьшены или дополнены соответствующими разделами смежных тематических планов.

Режим занятий выстроен в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами и правилами к организации занятий.

Первичная и заключительная диагностика участников программы осуществляется на основе:

1. Методика Л. А. Ясюковой «Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе». СПб, ГП «Иматон», 1999.

2. Методика Л. А. Ясюковой часть 2. «Прогноз и профилактика проблем обучения в средней школе 3-6 классы». СПб, ГП «Иматон», 1999.

3. Методика Л. А. Ясюковой часть 3. «Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников». СПб, ГП «Иматон», 1999.

4. Скрининг-обследование готовности к школьному обучению (Н. Семаго, М. Семаго).

5. Миссисипская шкала ПТСР (Keane, Caddell, Taylor, 1988).

6. «Детский опросник невротиков» (авторы Седнев В. В., Збарский З. Г., Бурцев А. К.).
7. Опросник для родителей «Ваш ребенок болен невротом или может заболеть им...» А. И. Захаров.
8. Шкала для определения уровня невротизации для родителей А. И. Захаров.
9. Тест школьной тревожности Филлипса.
10. Методика ЕМ-СПТ.
11. «Экспресс диагностика суицидального риска» по методике Т. М. Разуваевой.
12. Детский апперцептивный тест (САТ) (Л. Беллак).
13. Рисованный апперцептивный тест (РАТ).
14. Анализ успеваемости по учебным предметам.
15. Метод динамического наблюдения (следающая диагностика).

### **Список литературы**

1. Ахутина, Т. В., Камардина, И. О., Пылаева, Н. М. Нейропсихолог в школе. Пособие для педагогов, школьных психологов и родителей. Индивидуальный подход к детям с трудностями обучения в условиях общего образования. – М.: В. Секачев, 2013.
2. Буслаева, А. С., Венгер, А. Л., Лазуренко, С. Б. Задачи психологической помощи тяжело больному ребенку и его родителям // Культурно-историческая психология. 2016.
3. Выготский, Л. С. Основы дефектологии. – СПб.: Лань, 2003. (Учебники для вузов. Специальная литература).
4. Гарбузов, В. И., Фесенко, Ю. А. Невроты у детей. – СПб.: КАРО, 2013. (Серия «Специальная педагогика»).
5. Захаров, А. И. Происхождение детских невротиков и психотерапия. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
6. Кузнеценкова, С. О. Нейройога. Воспитание и развитие с пользой для здоровья. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010.
7. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. – М.: Генезис, 2015.
8. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия. Рационально-когнитивный подход. СПб.: СОВА; М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.

**Коррекционная программа**  
**«Развитие саморегуляции поведения и деятельности обучающихся**  
**подросткового возраста с легкой умственной отсталостью**  
**(интеллектуальными нарушениями)»**

*Тимошук Е. А.,*  
*педагог-психолог*  
*МБОУ «С(К)ОШ № 119 г. Челябинска»*

**1. Актуальность**

Актуальность проблемы развития саморегуляции поведения и деятельности связана с тем, что у большинства обучающихся с умственной отсталостью слабо сформирована произвольная регуляция действий, которая лежит в основе поведения и деятельности. Выполнение любого задания включает принятие и следование инструкции педагога, планирование действий, контролирование результата деятельности. Многие обучающиеся с легкой умственной отсталостью средних классов испытывают значительные трудности в удерживании инструкции даже на протяжении короткого промежутка времени. Таким образом, несформированность регулятивных компонентов может повлечь за собой затруднения в школе, а также на последующих этапах обучения. В организации сложных форм произвольной деятельности, к которым в первую очередь относится учение, способность к саморегуляции играет важную роль. Например, для осуществления учебной деятельности необходимы умение сосредотачивать внимание, наиболее целостное восприятие и запоминание информации, ориентировка в условиях и выбор решения, соотнесение результата с образцом и предъявленными условиями. Неумение управлять собой проявляется в снижении успеваемости, в дезадаптивном поведении (Б. Н. Алмазов, М. Н. Буянов, С. А. Беличева, А. И. Захаров, А. С. Новоселова, В. Г. Степанов, Е. И. Рогов, М. Раттер, Л. М. Попов др).

Школа призвана не только передать необходимые знания, но и подготовить детей к самостоятельной жизни, способствовать их правильной социализации. В школьном возрасте развиваются нравственные ценности, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей. Учащиеся коррекционных школ в силу особенностей развития не могут самостоятельно приобретать знания и умения, поэтому так велика роль специально организованного обучения и воспитания.

Наличие интеллектуального дефекта существенно затрудняет решение задачи обеспечения социально-нормативного поведения, повышает вероятность социальных отклонений в поведении, затрудняет правильное самостоятельное обобщение учащимися тех поведенческих действий, которые должны трансформироваться в общие убеждения, регулирующие поведения.

Часто учащийся с недостатками интеллекта оказывается неспособным к переносу даже, казалось бы, возникшего у него самого обобщения в новую ситуацию, где это обобщение должно быть реализовано в конкретном поведенческом акте.

Нарушение процессов осознанной саморегуляции является основной особенностью школьников с недостатками интеллекта.

Развитие процессов саморегуляции деятельности и поведения, умение владеть собой и организовывать собственную деятельность является необходимым условием успешной социальной адаптации учащегося с нарушением интеллекта.

## **2. Аннотация**

Данная коррекционная программа разработана педагогом-психологом с учетом Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 реализуемой в МБОУ «С(К)ОШ № 119 г. Челябинска». Программа коррекционной работы направлена на создание системы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья в освоении адаптированной основной образовательной программы среднего общего образования, коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся, их социальную адаптацию. Данная программа была апробирована в 2022/2023 учебном году на базе МБОУ «С(К)ОШ № 119 г. Челябинска».

Психодиагностические обследования учащихся проводились перед началом и после окончания занятий. Результаты апробации показали, что развитие и формирование саморегуляции имеет положительную динамику. К заключительному этапу занятий формируются практические умения и навыки саморегуляции. Учащиеся сами могут скорректировать свое эмоциональное состояние, снизить психоэмоциональное напряжение, что способствует формированию адекватного социально одобряемого поведения.

## **3. Цели и задачи программы**

Основной целью данной программы является формирование навыков саморегуляции поведения в обществе у детей среднего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

Программа направлена на решение следующих задач:

- умение контролировать собственные эмоциональные проявления;
- развитие способности к самоанализу;
- повышение представлений школьника о ценности самого себя и других людей;
- адекватно реагировать на поведенческие особенности окружающих;
- развитие умений достигать поставленной цели;
- воспитание умения адекватно реагировать в различных бытовых, учебных ситуациях;
- обучение конструктивным способам управления эмоциональным состоянием;
- формирование способности анализировать и адекватно оценивать свое поведение.

#### **4. Описание участников программы**

Данная программа предназначена для работы с детьми подросткового возраста (школьниками 5-9 классов). Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития подростков, обучающихся в специальной (коррекционной) школе с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

#### **5. Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

Над проблемой саморегуляции работали многие педагоги и психологи. Анохин П. К., Моросанова В. И., Абульханова-Славская К. А., Конопкин О. А., Шварц И. Е. определяют ее как способность к психической регуляции. Как способность к психическому самоуправлению рассматривается у Столяренко Л. Д., Пейсаховым Н. М., Выготским Л. С., Рубинштейном С. Л., Леонтьевым А. Н., исследована регуляция деятельности. Саморегуляция личности исследуется у Асмолова А. Г., Ратиновой Н. А., Ксенофонтовой Е. Г. и т.д. В работах, посвященных изучению детей, психическая регуляция рассматривается как функции самоконтроля или самоуправления (Е. Б. Аксенова, С. Д. Максименко и др.). При достаточном развитии произвольной саморегуляции ученик средних классов обладает следующими показателями в моторном развитии: легко концентрирует внимание на мышцах, способствующих движению; отличает и соотносит ощущения в мышцах; узнает ощущения, переживаемые им (напряжение – расслабление, тяжесть – легкость, др.) и главные отличия движений (сила – слабость, резкость – плавность, темп, ритм); измеряет направление движений в соответствии с ощущениями.

В сфере регуляции общением школьник понимает эмоции других людей; принимает правила группы; умеет ладить с людьми; адекватно реагирует на разное отношение к себе. Показателями сформированности саморегуляции эмоций являются: способность к распознаванию своих эмоций; понимание причин происхождения собственных эмоциональных состояний; способность регулировать свои эмоциональные переживания; способность найти связь эмоциональных состояний с телесными ощущениями и сменять негативные эмоции на позитивные.

Саморегуляция поведения проявляется в способности понимать последствия своих поступков; ставить цели и достигать их; в желании не останавливаться на достигнутом; в умении доводить начатые дела до конца; в принятии ответственности. Овладение умениями контролировать и регулировать свою деятельность на каждом этапе является важнейшим средством коррекции недостатков в интеллектуальном развитии детей с умственной отсталостью, которое способствует тому, что деятельность становится более осознанной, целенаправленной, самостоятельной. Регулятивный компонент общей способности к учению в определенной мере уже являлся объектом специальных исследований по отношению к школьникам с аномальным развитием (У. В. Ульяновская, Н. Л. Лосина, Г. В. Тутурская, И. А. Шаповал).

## **Нормативно-правовые основания программы:**

1. «Конвенция о правах ребенка» от 20.11.1989.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» № 124-ФЗ от 24.07.1998.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598» Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 20.09.2013 № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».
7. Распоряжение Минпросвещения России от 09.09.2019 № 3-93 «Об утверждении примерного положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации».
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
9. Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав и детей Министерства образования и науки РФ от 09.04.2014 № 07-778.
10. Постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
12. Закон Челябинской области «Об охране и защите прав детей в Челябинской области» № 54-ЗО от 17.12.2001.
13. Устав МБОУ «С(К)ОШ №119 г. Челябинска».
14. Локальные акты учреждения.

## **6. Структура и содержание программы**

Программа рассчитана на 10 занятий, проводимых в группах (4-8 участника), продолжительность занятий может варьироваться от 30 до 40 минут, в зависимости от темпа работы и индивидуальных особенностей учащихся.

Содержательная часть занятия может незначительно изменяться в зависимости от эмоционального и психофизического состояния участников, их готовности к восприятию предлагаемого материала. Педагог оставляет за собой

право сокращать/добавлять (заменять) предлагаемый материал. Тематическое планирование коррекционных занятий представлено в таблице № 1.

Коррекционное занятие по своей структуре делится на вводную часть, основную и заключительную. Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение предложенного материала и взаимодействия с педагогом невозможно. В основной части занятий выполняются упражнения, направленные на решение поставленных задач. На заключительном этапе занятия, используется комплекс дыхательной гимнастики по А. Н. Стрельниковой для того, чтобы научить подростка расслабляться и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нём внимание. Заканчивается занятие подведением итогов, обсуждением результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном занятии.

*Таблица 1*

### Тематическое планирование занятий

№п/п	Содержание занятия	Количество
1	Вводное занятие. Принятие групповых правил, «Автопортрет» принятие самого себя, дыхательная гимнастика	1
2	Развитие вербальных-невербальных коммуникативных навыков, партнерских отношений, сплоченности группы, дыхательная гимнастика	1
3	Определение индивидуального пространства каждого участника, развитие способности понимать партнера по вербальным сообщениям, дыхательная гимнастика	1
4	Развитие навыков управления своими чувствами, развитие коммуникативных навыков, формирование адекватной самооценки, дыхательная гимнастика	1
5	Сплочение группы, развитие коммуникативных навыков, выработка адекватной самооценки, дыхательная гимнастика	1
6	Развитие навыков ассоциативного мышления, демонстрация ошибочности одностороннего видения и неприятия точки зрения других людей. Дыхательная гимнастика	1
7	Формирование понятия дружбы, актуализация представлений о настоящей дружбе, дыхательная гимнастика	1
8	Обучение на практике способам разрешения конфликтных ситуаций в межличностных отношениях, развитие навыков сотрудничества, дыхательная гимнастика	1
9	Рисунок «На кого хочу быть похож», дыхательная гимнастика	1
10	Заключительное занятие. Дискуссия «Что ждет меня в будущем?», дыхательная гимнастика.	1
	<b>Итого</b>	<b>10</b>

## **7. Описание используемых методик, технологий, инструментария**

В данной коррекционной программе используются следующие методики:

- Экспресс-диагностика уровня самооценки;
- Диагностика волевого потенциала;
- Тест «Уверенность в себе»;
- Проективная методика «Автопортрет».

При реализации данной программы использованы технологии:

- психогимнастика;
- игровые методы;
- арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- проективные методы вербального и рисуночного типа;
- ролевые игры;
- комплекс дыхательной гимнастики по А. Н. Стрельниковой.

Диагностические методики и технологии выбраны дифференцированно, так как, являются наиболее эффективными и направленными на реализацию целей и задач коррекционной программы. Обоснованием для применения выбранных методик является их доступность и легкость в прохождении для обучающихся с легкой умственной отсталостью. Очень важная роль в процессе саморегуляции принадлежит самооценке. Самооценка во многом определяет уровень притязаний человека т.е. те задачи, которые он ставит перед собой и к разрешению которых считает себя способным. Адекватная самооценка и соответствующий ей уровень притязаний необходимое условие социально-трудовой адаптации, безболезненной интеграции в окружающее общество.

Применяемые технологии, является наиболее продуктивными и целенаправленными на развитие и коррекцию саморегуляции поведения. Также, данные методики и технологии помогают максимально бережно и безопасно скорректировать, и развить групповое и личностное взаимодействие участников коррекционных занятий.

## **8. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Содержание данной коррекционно-развивающей программы определяют следующие принципы:

– Соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию специалиста, который призван решать проблему ребёнка с максимальной пользой и в интересах ребёнка.

– Системность. Принцип обеспечивает единство диагностики, коррекции и развития, т. е. системный подход к анализу особенностей развития и коррекции нарушений детей с лёгкой умственной отсталостью.

– Непрерывность. Принцип гарантирует ребёнку и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.

– Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.

– Принцип сотрудничества с семьей основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество.

– Вариативность. Принцип предполагает создание вариативных условий для получения образования детьми, имеющими различные недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

– Рекомендательный характер оказания помощи. Принцип обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) детей с ограниченными возможностями здоровья выбирать формы получения детьми образования, защищать законные права и интересы детей.

## **9. Описание сферы ответственности, основных прав и обязанностей участников программы**

Программу реализует педагог-психолог. Специалисту необходимо получить согласие родителей и самих детей на работу. По желанию родителей информировать их и педагогов о результатах и динамике в ходе реализации данной программы. Специалист проводит занятия систематически и в полном программном объеме.

Педагог-психолог имеет право самостоятельно менять содержание программных занятий с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Может выбирать, изменять диагностические методики по своему усмотрению, исходя из целей и задач коррекционной программы. Обучающиеся посещают весь комплекс занятий регулярно, добровольно. Специалисты (логопед, социальный педагог, дефектолог), которые могут принимать участие в реализации программы должны иметь соответствующее образование и быть компетентны в области психологии среднего и старшего школьного возраста, знать и применять принципы психодиагностического обследования, психопрофилактики, развития и коррекции.

## **10. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

1. Занятия проводятся в специально подготовленном просторном помещении (классная комната, психологический кабинет, кабинет психологической разгрузки), которое должно быть звукоизолированным (или непроходным).

2. Материально-технические средства, необходимые для проведения занятий: компьютер, колонки, различные музыкальные композиции, интерактивная доска, листы формата А4, ручки.

3. Участие в коррекционных занятиях является добровольным желанием каждого обучающегося.

4. Коррекционные занятия может проводить педагог-психолог, учитель-логопед, социальный педагог, дефектолог. Все специалисты должны иметь

соответствующее образование, быть компетентными в области возрастной психологии.

5. Информационная обеспеченность реализации данной программы обеспечивается свободным доступом в сеть интернет-ресурсов (<https://kinouroki.org>), а также в свободном доступе библиотека образовательной организации.

### **11. Сроки и этапы реализации программы**

Срок реализации программы – 10 занятий, 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия – не более 40 минут.

Основными этапами реализации программы:

- I этап: обследование детей (формирование группы);
- II этап: реализация программы.

### **12. Ожидаемые результаты реализации программы**

Подростки приобретут практические умения и навыки саморегуляции поведения. Будет скорректировано эмоциональное состояние, снижено психоэмоциональное напряжение, что будет способствовать формированию адекватного социально одобряемого поведения.

Обучающиеся научатся управлять своим психофизическим состоянием, эмоциями и поведением в ходе общения и разных видов деятельности. Смогут благодаря закрепленным навыкам расслаблять и восстанавливать свой организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения, регулировать процесс дыхания и концентрироваться на нем.

### **13. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Контроль за реализацией программы осуществляется в соответствии с Положением о ВСОКО МБОУ «С(К)ОШ № 119 г. Челябинска».

### **14. Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Для оценки эффективности коррекционных занятий по программе «Развитие саморегуляции поведения у обучающихся подросткового возраста» используются следующие показатели:

- способность контролировать собственные эмоциональные проявления;
- способность к самоанализу;
- повышение представлений подростка о ценности самого себя и других людей;
- адекватное реагирование на поведенческие особенности окружающих;
- повышение мотивации к достижению поставленной цели;
- приобретение навыков конструктивных способов управления эмоциональным состоянием;
- формирование способности анализировать и адекватно оценивать свое поведение.

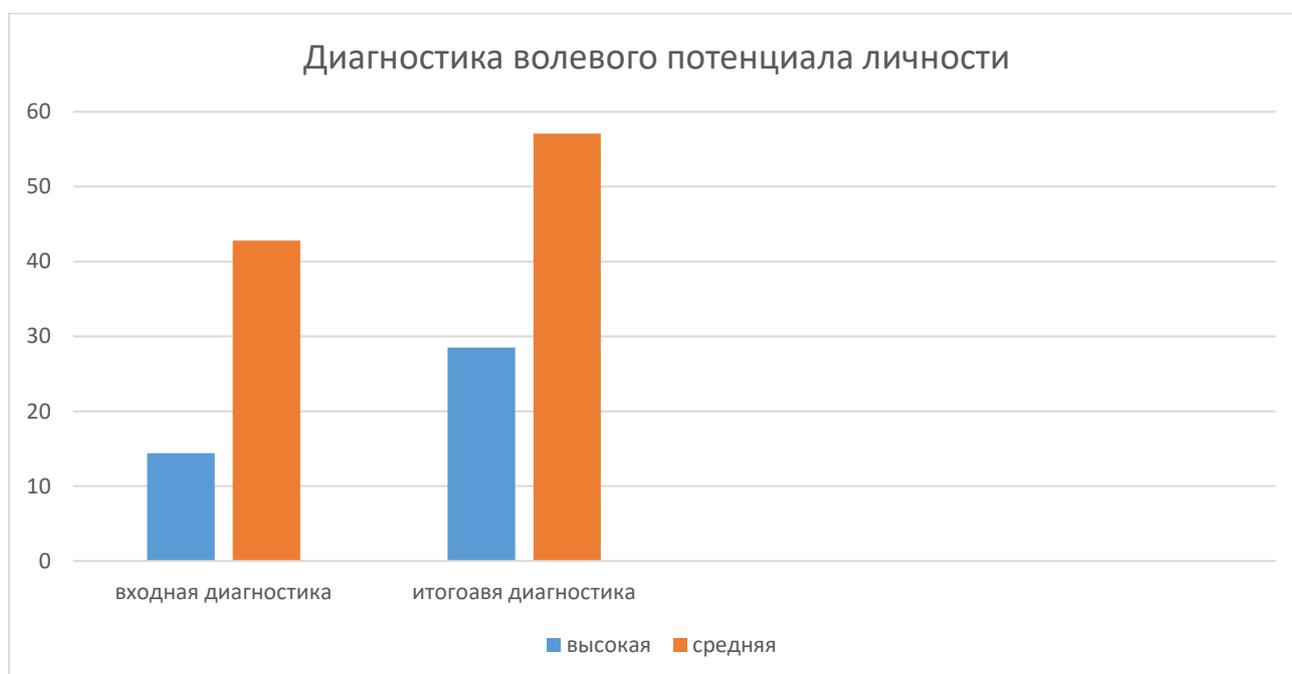
## 15. Сведения о практической апробации программы

Апробация коррекционной программы, направленной на формирование навыков саморегуляции поведения в обществе у детей среднего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья, была проведена со 2 ноября 2022 г. по 18 декабря 2023 г. на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя (коррекционная) общеобразовательная школа № 119 г. Челябинска». Программа направлена на решение следующих задач: умение контролировать собственные эмоциональные проявления, развитие способности к самоанализу, повышение представлений школьника о ценности самого себя и других людей, адекватно реагировать на поведенческие особенности окружающих, развитие умений достигать поставленной цели, воспитание умения адекватно реагировать в различных бытовых, учебных ситуациях, обучение конструктивным способам управления эмоциональным состоянием, формирование способности анализировать и адекватно оценивать свое поведение.

Представленная коррекционная группа из 7 девочек, обучающихся в 6, 7 и 8-х классах, занятия проводились с 02.11.2022 г. по 16.12.2023 г. Перед началом занятий и после их завершения были проведены диагностические обследования.

Результаты диагностики представлены в виде диаграмм:





Итоговая диагностика наглядно показывает положительную динамику.

Количественные данные позволяют сделать выводы о том, что задачи коррекционных занятий выполнены. Обучающие получили практические умения и навыки саморегуляции поведения. Было скорректировано эмоциональное состояние, снижено психоэмоциональное напряжение, что способствует дальнейшему формированию адекватного социально одобряемого поведения.

Обучающиеся способны управлять своим психофизическим состоянием, эмоциями и поведением в ходе общения и разных видов деятельности. Закрепили навыки расслаблять и восстанавливать свой организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения, регулировать процесс дыхания и концентрироваться на нем.

## Список литературы

1. Макарычева, Г. И. Коррекция девиантного поведения / Г. И. Макарычева, – СПб.: Изд-во «Речь», 2007. – 368 с.
2. Микляева, А. Я – Подросток. Программа уроков психологии / А. Я. Микляева, – СПб.: «Речь», 2006. – 336 с.
3. Колеченко, А. К. Профилактика аддиктивного поведения школьников / А. К. Колеченко //Учебно- методическое пособие. – СПб.: Изд-во «КАРО» 2006. – 282 с. <https://cyberleninka.ru/article/n/pomogayuschaya-deyatelnost-pedagoga-kak-osnova-profilaktiki-addiktivnogo-povedeniya-v-rabote-so-starshimi-podrostkami> [дата обращения: 21.10.2022].
4. Самоукина, Н. В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения, коррекционные программы / Н. В. Самоукина – М.: Изд-во «Новая школа» – 2004. – 144 с.
5. Моросанова, В. И. Осознанная саморегуляция как психологический ресурс достижения учебных и профессиональных целей // Педагогика. 2016. – №. 10. – С. 13 – 24.
6. Официальный сайт «Киноуроки в школах России» (<https://kinouroki.org>).

### РАЗДЕЛ 3. РАЗВИВАЮЩИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

#### Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Формирование SOFT SKILLS-компетенций»

*Прокопцева В. Ф.,  
педагог-психолог,  
МАОУ «МЛ №148 г. Челябинска»*

#### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

*Достигнуть цели в воспитании  
означает привить ему навыки  
к самореализации, самовыучке, самоподготовке,  
к которым выпускник знает, умеет и хочет приложить  
силу и волю, пользуясь палитрой способов, методов,  
средств, чтобы реконструировать  
внешнюю оболочку бытия самостоятельно.*

*А. Дистерверг*

*Всякое дело совершенствуется овладением техники.  
Всякий навык достигается упражнением.*

*Гиппократ*

#### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Формирование soft skills компетенций» направлена на развитие метапредметных компетенций (Приложение 1) обучающихся и определяет цели, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса.

Значительные изменения, происходящие в современном обществе, такие как резкое увеличение темпа развития науки, технологий, экономики, расширение информационного поля, изменения, ежегодно происходящие на рынке труда, ставят молодых специалистов и, в большей степени, тех, кто только определяется со своим будущим профессиональным выбором перед сложной задачей. Сегодня, чтобы быть востребованным на рынке труда нужно обладать не только высоким профессионализмом в разных сферах деятельности, но и демонстрировать сформированность целого ряда надпрофессиональных компетенций (мягких навыков или Soft skills), которые не зависят от специфики конкретной работы.

На первый план все более явно выходят не конкретные знания и навыки, а личностные качества и степень развития социальных и когнитивных навыков и умений. Среди них скорость адаптации, способность к эффективной коммуникации, умение ставить и достигать цели, умение работать в команде, умение брать на себя ответственность, способность эффективно действовать в незнакомой ситуации, степень развития эмоционального интеллекта, и др.

В научной литературе еще не сформировался единый подход

как к понятию мягких навыков (Soft skills), так и к их классификации. В разных источниках можно обнаружить от 4 до более чем 30 навыков, называемых мягкими или гибкими. Но все исследователи отмечают необходимость формирования таких навыков у обучающихся, так как их наличие напрямую связано в активной жизненной позицией и повышением эффективности будущей профессиональной деятельности.

Данная программа разрабатывалась в соответствии с социальным заказом участников образовательного процесса МАОУ «Многопрофильный лицей № 148 г. Челябинска». Апробация проводится также на базе лицея. С 2022 года лицей признан региональной инновационной площадкой по направлению «Психолого-педагогические классы как механизм предпрофессионального развития и профессионального самоопределения». Психолого-педагогические классы являются одним из направлений профильного обучения и требуют особого подхода при работе с обучающимися. Кроме того, профессии сферы «человек-человек», наверное, в большей степени зависят именно от развития мягких навыков. Классы этого профиля формируются в лицее начиная с 8-й параллели. Программа «Формирование soft skills компетенций» для 8-9 классов направлена на формирование метапредметных знаний и умений, которые не только способствуют личностному развитию обучающихся и их профессиональному самоопределению, но и обеспечат успешное освоение психолого-педагогических дисциплин на уровне среднего основного образования. Поэтому занятия разрабатываются не только как развивающие, но и как обучающие.

Поэтому основной идеей Программы «Формирование soft skills компетенций» является акцент на формировании надпрофессиональных навыков и умений, которые являются универсальными и необходимы вне зависимости от профиля будущей профессии. Программа «Формирование soft skills компетенций» поможет понять будущим выпускникам, какие знания, умения и навыки нужно приобретать обучающимся 8-9 класса сейчас, чтобы стать востребованными специалистами уже в ближайшем будущем.

### **Нормативно-правовые документы и методические рекомендации**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями 2020 г.;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Стратегия развития информационного общества в Российской Федерации на 2017–2030 годы (Указ Президента от 09.05.2017 № 203)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ 31.03.2022 № 678-Р.);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных

общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09–3242);

➤ Методические рекомендации по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04).

В основу данной Программы легла классификация О. Е. Лебедева, доктора педагогических наук, который выделяет «4 К» soft skills:

1. Коммуникативность.
2. Критическое мышление.
3. Креативность.
4. Командная работа.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями (Приложение 2).

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Формирование soft skills компетенций» (далее Программа) имеет социально-педагогическую направленность.

Программа является документом, открытым для внесения изменений и дополнений.

Педагогическое проблемное поле программы, приоритеты и принципы: программа призвана выполнять социальный заказ государства на воспитание личности с высокой общей культурой, способной быстро адаптироваться к жизни в обществе, осуществлять осознанный выбор и в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы.

### **Актуальность программы**

На сегодняшний день, по мнению Л. А. Джуевой, мягкие навыки важны для способности работника работать умнее, а не усерднее. Сейчас работодатели обращают внимание на мягкие навыки и личностные качества при приеме на работу, чтобы предсказать успех на рабочем месте.

А. Ю. Лозовой, анализируя ФГОС, отмечает, что в определенной степени содержательная часть «гибких» навыков совпадает с содержанием общекультурных (ОК) и общепрофессиональных (ОПК) компетенций существующих образовательных стандартов. Тем не менее, наличие таких компетенций среди требований к освоению учебных дисциплин не всегда может гарантировать их сформированность на достаточном уровне, так как в центре внимания, контроля измерения и оценки педагогов и учащихся все еще развитие твердых (hard skills) навыков.

Таким образом, данная Программа соответствует актуальным современным проблемам будущих специалистов. Она нацелена на развитие у обучающегося метапредметных компетенций. Это направление изначально было

отражено в федеральных государственных образовательных стандартах, являясь частью портрета идеального выпускника. Это значит, что Программа будет востребована не только в дополнительном, но и в общем образовании. Программа позволяет удовлетворить заказ подростка, представителя Поколения Z, согласно теории, разработанной Уильямом Штраусом и Нилом Хау, ориентированного на игрофикацию образовательной деятельности, персонализацию программ обучения. Ведь в современных условиях необходимым является не только приобретение различных знаний, формирование практических навыков, но и формирование личности, способной быть конкурентоспособной в современном мире, способной ориентироваться в социальной действительности и обладающей большим количеством личных компетенций, позволяющими достигать высокого уровня в профессии.

Кроме того, важным моментом является то, что Программа ориентирована на подростковый возраст, который является одним из самых трудных возрастных периодов. В это время огромное значение имеет общение со сверстниками и для каждого обучающегося очень важно не просто быть вместе, но и занимать определённое положение. Программа способствует творческому самовыражению с одной стороны и позволяет занять позицию лидера с другой.

Возможность реализации Программы в очно-заочном и дистанционном режиме позволяет расширить контингент обучающихся (в том числе, находящихся на домашнем обучении).

*Практическая значимость.* Среди проблем Поколения Z следует отметить отсутствие концентрации внимания, осознанности, способности принимать самостоятельные решения, чрезмерная амбициозность, потребность в одобрении, сложности в общении. Данная Программа направлена на решение этой проблемы с помощью компетентно-ориентированного подхода. Цель компетентно-ориентированного образования – «человек компетентный», человек как субъект познания, субъект отношений и субъект реализации, то есть самоопределившаяся личность, готовая к непрерывной самореализации и востребованная обществом. Важным аспектом является взаимообогащение детей посредством широких социальных контактов.

Обучение по Программе даст обучающимся не только возможность закрепить многие формирующиеся стихийно личностные навыки, но поможет в приобретении новых компетенций.

Содержание программы определено с учетом возрастных интересов обучающихся, связано с развитием перечисленных «гибких навыков», актуальными проблемами и вопросами, с которыми сталкиваются подростки в повседневной жизни: как установить контакт и понять собеседника? Как управлять своим эмоциональным состоянием? Как выражать и принимать себя? Как избежать конфликтов и эффективно их решать, если избежать не удалось? Как добиваться своих целей и сохранять мотивацию? и др.

### ***Адресат программы***

Программа адресована подросткам 13–15 лет, обучающиеся психолого-педагогических классов. Занятия сочетают принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Набор обучающихся в объединение свободный, в соответствии с их желаниями и интересами. Образовательный процесс организуется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития подростков.

### ***Основные возрастные особенности развития подростка***

Период трудный, характеризуется общим подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой всего организма. Восприятие подростка более целенаправленно, планомерно и организовано. Интересные дела очень увлекают подростков, и они могут долго сосредоточиваться на одном материале или явлении. В подростковом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности. В ней заметна тенденция к правильным определениям, логическим обоснованиям, доказательным рассуждениям. В подростковом возрасте идет интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Возрастающая роль межличностного общения требует развития коммуникативных навыков. Именно в этот период происходит личностное самоопределение – умение подростка сделать выбор и нести за него ответственность. Это период выработки мировоззрения, убеждений, характера.

### ***Формы обучения***

– очная;

– заочная, с использованием дистанционных технологий.

### ***Объем и сроки реализации программы***

**Срок реализации программы рассчитан на 2 года.** Объем – 72 часов.

Программа рассчитана на 2 года при занятиях один раз в неделю – 1 час в 8 классе и 1 час в 9 классе по 36 часов в год.

### ***Особенности организации образовательного процесса***

Продолжительность занятий:

Содержание программы предусматривает двухгодичное обучение и ориентировано на детей 13-15 лет.

• 1-й год обучения (13–14 лет) – 1 раз в неделю по 1 академическому часу (45 минут); 36 часов в год.

• 2-й год обучения (14–15 лет) – 1 раз в неделю по 1 академическому часу (45 минут); 36 часов в год.

Формы работы:

1. Индивидуальная работа: выполнение индивидуального задания, подготовка материала, выступление в роли ведущего упражнения и т.д.

2. Групповая работа: работа в парах, малых группах (до 5 человек) больших группах (до 10-15 человек) в зависимости от условий выполняемого задания и т.д.

3. Фронтальная работа: беседы, обсуждения, дискуссии, круглые столы и т.д.

Целесообразно большую часть занятий проводить в форме групповой работы, что способствует формированию навыков общения, дискуссии, воспитанию чувства коллективизма и взаимовыручки.

### ***Режим занятий***

Продолжительность одного академического часа – 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10–15 минут.

Общее количество часов в неделю – 1 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

## **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель:** Создание условий для формирования ключевых метапредметных компетентностей обучающихся, способствующих успешной социализации и профессиональному развитию.

### **Задачи:**

#### ***Образовательные:***

1. познакомить с понятием гибких навыков, их ролью в личностном и профессиональном становлении обучающегося;

2. познакомить с основными технологиями и методиками тренировки soft-skills;

3. дать представление о теоретических основах и возможностях развития креативности и критического мышления, коммуникативных навыков и навыков работы в команде;

4. обучить приемам самопрезентации, взаимодействию в коллективе;

5. научить планировать цели и пути их достижения, корректировать их выполнение, а также осуществлять контроль и рефлекссию действий;

6. дать практический опыт командной формы работы и творческой деятельности.

#### ***Развивающие:***

1. способствовать формированию и развитию навыков самостоятельного и осознанного принятия решения, развивать умение самостоятельно делать свой выбор и отвечать за этот выбор;

2. формировать коммуникативные способности, коммуникативную культуру обучающихся (умение вести конструктивный диалог с собеседником; доносить свою мысль, слышать и слушать собеседника, договариваться и т.д.);

3. совершенствовать навыки командной работы (брать на себя как лидерские, так и исполнительские функции, создавать коллаборативную среду; распределять роли для работы в команде, коллективе, контролировать выполнение задач в команде);

4. развивать критическое и творческое мышление, воображение, креативность

5. повысить уровень развития метапредметных компетенций;

6. повысить уровень осознанности.

#### ***Воспитательные:***

1. формировать осознанное отношение к необходимости развития и применения «Soft skills» компетенций;

2. формировать потребность в самообразовании и саморазвитии, систему самомотивации в данном направлении;

3. формировать уважительное отношение к себе и к членам коллектива;

4. воспитывать собственную позицию по отношению к деятельности и умение сопоставлять её с другими позициями в конструктивном диалоге.

## 1.3 Содержание программы

### 1.3.1 Первый год обучения

**Цель:** Создание условий для формирования ключевых метапредметных компетентностей обучающихся: креативности, критического мышления, коммуникативности и командообразования.

#### Учебный план 1-го года обучения

№ п\п	Название разделов	Количество часов			Форма контроля/ аттестации	Дистанционные занятия
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа	Работа по презентации, обсуждение темы
2	Входная диагностика	2	0	2	Тесты, опросники	Работа по презентации, обсуждение темы
3	Раздел 1. Развитие креативности	8	1	7	Творческая работа (составление ментальной карты)	Работа по презентации, обсуждение темы
4	Раздел 2. Развитие критического мышления	8	1	7	Практическая работа	Работа по презентации, обсуждение темы
5	Раздел 3. Развитие коммуникативных навыков	8	1	7	Круглый стол	Работа по презентации, обсуждение темы
6	Раздел 4. Развитие навыков работы в команде (кооперация)	8	1	7	Практическая работа	Работа по презентации, обсуждение темы
7	Итоговое занятие	1	0	1	Ролевая игра «Шесть шляп»	Работа по презентации, обсуждение темы
ВСЕГО		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>		

#### Содержание учебного плана

**Теоретический материал равномерно распределен по всем темам курса 1-й год обучения**

**Вводное занятие. (Теория – 1 час, практика – 0 часов).**

Теория: Организация курса. Знакомство. Принятие правил работы группы (активность, конфиденциальность, «здесь и сейчас» и другие. Понятие мягких (soft skills) навыков. Их значение в жизни современного человека. Классификации мягких навыков. Система 4К по О. Е. Лебедеву.

Практика: –

## **Входная диагностика (Теория – 0 часов, практика – 2 часа).**

Теория: –

Практика: диагностика уровня развития soft skills: креативности (Е. Торренс), стилей мышления (Р. Брэмсон, А. Харрисон), коммуникативных навыков (Л. Михельсон) и командных ролей (Р. Белбин).

## **Раздел 1. «Развитие креативности» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 1.1 Креативность.***

Теория: Понятие креативности. Признаки креативности. Проявления и закономерности развития креативности.

Практика: Упражнения: «Ассоциации», «Вопрос-ответ», «Да-нетки».

### ***Тема 1.2 Предпосылки креативности.***

Теория: Личностные и интеллектуальные предпосылки креативности.

Практика: Упражнения: «Ватрушка», «Места для актеров», «Турнир интеллектуалов».

### ***Тема 1.3 Креативное мышление.***

Теория: Понятие креативного мышления. Отличия дивергентного (творческого) мышления от конвергентного (традиционного).

Практика: Упражнения: «Скрепки», «Перекинь мяч», «Если бы».

### ***Тема 1.4 Признаки креативности.***

Теория: Структура креативности. Беглость, гибкость, оригинальность.

Практика: Упражнения: «Оригинальное использование», «Невероятная ситуация», «Задачки на креативность».

### ***Тема 1.5 Вербальная и образная креативность.***

Теория: Понятие вербальной креативности. Понятие образной креативности. Агглютинации.

Практика: Упражнения: «Любопытная варвара», «Что? Зачем? Как?», «Горячий снег», «Что делает буква».

### ***Тема 1.6 Творческий процесс.***

Теория: Этапы творческого процесса. Принципы генерирования креативных идей.

Практика: Упражнения: «Улучши предмет», «Способы действия».

### ***Тема 1.7 Инсайт.***

Теория: Теория инсайта (озарения). Механизмы инсайта.

Практика: «Поиск противоречий», «Смятый лист».

### ***Тема 1.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Творческая работа. Разработка ментальной карты «Мои soft-skills навыки» \*.

\*Контроль проводится по окончанию каждого раздела. Формы контроля подробно описаны в Приложении 3 «Фонд оценочных средств»

## **Раздел 2. «Развитие критического мышления» (Теория – 1 час, практика – 7 часов)**

### ***Тема 2.1 Критическое мышление.***

Теория: Знакомство с понятием «критическое мышление». Развитие критического мышления в онтогенезе. Критический склад ума.

Практика: Логические задачи

### ***Тема 2.2 Обобщение.***

Теория: Классификация объектов по разным признакам. Умение находить что-то общее в различном. Нахождение аналогий.

Практика: Упражнения: «Пара слов», «Классификация», «Объедини предметы».

### ***Тема 2.3 Буквальный и переносный смысл.***

Теория: Восприятие. Особенности восприятия. Смысловое восприятие.

Практика: Упражнения: «Иностранец», «Назови логично», «Странные отгадки».

### ***Тема 2.4 Причина и следствие.***

Теория: Причинно-следственные связи.

Практика: Упражнения: «Противоположности», «Промежуточное звено».

### ***Тема 2.5 Анализ и синтез.***

Теория: Операции анализа и синтеза. Методы анализа и синтеза данных. Избирательное внимание.

Практика: Упражнения: «Синтез», «Точка зрения», «Я – это».

### ***Тема 2.6 Аргументация.***

Теория: Сущность процесса аргументирования. Факты и искажение фактов. Методы аргументации.

Практика: Упражнения: «Сплетня», «Приведи аргумент».

### ***Тема 2.7 Рефрейминг.***

Теория: Ограничения восприятия. Шаблонность мышления. Рефрейминг как техника преодоления шаблонного мышления.

Практика: Упражнения: «Найди плюсы», «Мои ресурсы», «Чучело».

### ***Тема 2.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Практическая работа. Выполнение практических заданий

**Раздел 3. «Развитие коммуникативных навыков» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 3.1 Виды общения.***

Теория: Классификация видов общения. Вербальное и невербальное общение.

Практика: Упражнения: «На колени», «Баклажан», «Счет до 10».

### ***Тема 3.2 Невербальное общение.***

Теория: Компоненты невербального общения (позы, мимика, жесты). Анализ невербальных сигналов.

Практика: Упражнения «Запутки», «Дышим вместе», «Зеркало», «Стоп-кадр».

### ***Тема 3.3 Вербальное общение.***

Теория: Как понять собеседника? Ведение диалога как основной прием межличностного взаимодействия. Техника парафразы или вербального отзеркаливания.

Практика: Упражнения: «Карусель» («Диалог»), «Книга племени», Анализ видео-отрывка из фильма «Летучая мышь».

#### ***Тема 3.4 Я-высказывание.***

Теория: Правила применения техники Я-высказывания. Структура Я-высказывания.

Практика: Упражнения: «Я-высказывание», «Тракторки».

#### ***Тема 3.5 Эффективное слушание.***

Теория: Принципы и приёмы эффективного слушания. Фокус слушания. Виды слушания.

Практика: Упражнения «Интервью», «Самый смелый поступок».

#### ***Тема 3.6 Публичные выступления.***

Теория: Зоны общения. Правила успешного публичного выступления. Как справиться со страхом перед выступлением на публике.

Практика: Анализ фотографий и видеороликов по теме. Упражнение «Самопрезентация», «Свободный микрофон».

#### ***Тема 3.7 Дискуссия.***

Теория: Правила ведения дискуссии. Роли в дискуссии.

Практика: Упражнение «Фермеры».

#### ***Тема 3.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Круглый стол на актуальную, социально-значимую тему.

**Раздел 4. «Развитие навыков работы в команде (кооперация)» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

#### ***Тема 4.1 Малые группы.***

Теория: Понятие малых групп. Групповая работа. Принципы эффективного группового взаимодействия.

Практика: Упражнения: «Постройтесь по», «Управление роботом», «Карандаши».

#### ***Тема 4.2 Сплоченность.***

Теория: Чувство принадлежности к группе. Групповое взаимодействие. Сотрудничество.

Практика: Упражнения: «Наденьте кольцо», «Нарисуй по описанию», «Он похож на...», «Есть контакт».

#### ***Тема 4.3 Групповая динамика.***

Теория: Групповые процессы. Методы влияния на групповую динамику. Преимущества и недостатки групповой работы.

Практика: Упражнения: «Мост из бумаги», «На льдине», «Три узла».

#### ***Тема 4.4 Командообразование.***

Теория: Понятие команды. Кооперация. Принципы эффективного командного взаимодействия.

Практика: Упражнения: «Летательный аппарат», «Яичница».

#### ***Тема 4.5 Признаки команды.***

Теория: Команда как высший уровень развития группы. Основные закономерности командообразования.

Практика: Упражнения: «Поводырь», «Паровоз».

#### ***Тема 4.6 Развитие команды.***

Теория: Стадии развития команды. Поведение членов команды на различных стадиях.

Практика: Упражнение «Кораблекрушение».

#### ***Тема 4.7 Командные роли.***

Теория: Классификация ролей в команде. Влияние личностных особенностей на распределение ролей в команде.

Практика: Упражнения: «Путанка», «Тролли».

#### ***Тема 4.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Практическая работа. Выполнение практических заданий.

**Итоговое занятие** (Теория – 0 часов, практика – 1 час).

Практика: Проведение ролевой игры «Шесть шляп» \*

\*Промежуточная аттестация по результатам работы за год проводится на итоговом занятии и подробно описана ниже, в разделе «Фонд оценочных средств»

### **Планируемые результаты**

**К концу первого года обучения обучающиеся знают:**

1. сущность понятия мягких навыков как ключевых личностных компетенций, их роль в личностном и профессиональном становлении;
2. правила культуры общения в коллективе, команде; основы работы в команде;
3. техники развития креативности и критического мышления;
4. индивидуальные особенности личности, характера, свои способности;

**умеют:**

1. работать с различными источниками информации, анализировать её и проверять на достоверность;
2. вести конструктивный диалог с собеседником; доносить свою мысль, слышать и слушать собеседника, договариваться, уметь презентовать себя и свою работу;
3. распределять роли для работы в команде, коллективе, контролировать выполнение задач в команде;
4. владеть навыками конструктивного общения, что включает: умение выступать перед публикой, связно излагать свои мысли в процессе полемики, аргументировано говорить, владеть вниманием аудитории, выслушивать других, задавать вопросы по проблемам выступления, с достоинством выходить из острых ситуаций
5. владеют навыками ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

### 1.3.2 2. Второй год обучения

**Цель:** продолжить создание условий для формирования ключевых мета-предметных компетентностей обучающихся: креативности, критического мышления, коммуникативности и командообразования.

#### Учебный план 2-го года обучения

№ п\п	Название разделов	Количество часов			Форма контроля/ аттестации	Дистанционные занятия
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа	работа по презентации, обсуждение темы
3	Раздел 1. Развитие креативности	8	1	7	Практическая работа	работа по презентации, обсуждение темы
4	Раздел 2. Развитие критического мышления	8	1	7	Практическая работа	работа по презентации, обсуждение темы
5	Раздел 3. Развитие коммуникативных навыков	8	1	7	Практическая работа	работа по презентации, обсуждение темы
6	Раздел 4. Развитие навыков работы в команде (кооперация)	8	1	7	Ролевая игра	работа по презентации, обсуждение темы
	Выходная диагностика	2	0	2	Тесты, опросники	работа по презентации, обсуждение темы
7	Итоговое занятие	1	0	1	Тестирование	работа по презентации, обсуждение темы
<b>ВСЕГО</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>		

#### Содержание учебного плана

##### 2-й год обучения

**Вводное занятие. (Теория – 1 час, практика – 0 часов).**

Теория: Компетенции будущего и тренды современной профориентации. Возможности и угрозы современного мира. Адаптация к неопределенности – основная стратегия успешности в современном обществе.

Практика: –

## **Раздел 1. «Развитие креативности» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 1.1 Признаки творческой личности.***

Теория: Толерантность по отношению к неопределенности. Портрет креативной (творческой) личности.

Практика: Упражнения: «Мерчендайзер», «100 идей».

### ***Тема 1.2 Созидательное творчество.***

Теория: Понятие созидательного творчества. Психологические условия созидательного творчества.

Практика: Упражнения: «Улучши это», «Закончи рисунок», «Ладонь».

### ***Тема 1.3 Творческий потенциал.***

Теория: Предпосылки развития творческого потенциала человека.

Практика: Упражнения: «Клякса», «Инопланетянин», коллаж на тему «Хочу-Могу-Надо».

### ***Тема 1.4 Тренинг креативности.***

Теория: Принципы тренинга креативности. Тренинг креативности как моделирование ситуации неопределенности и новизны.

Практика: Упражнения: «В роли ведущего», «Ответ на букву», «На восточном базаре».

### ***Тема 1.5 Игровой характер взаимодействия в тренинге.***

Теория: Понятие игры в психологии. Психологические механизмы игрового взаимодействия. Спонтанность и результат.

Практика: Ролевая игра «На другой планете».

### ***Тема 1.6 Взаимосвязь креативности и других мягких навыков.***

Теория: Выстраивание баланса критического мышления и интуиции. Привлечение средств визуальной, вербальной и невербальной экспрессии. Уникальность мнений и выработка группового решения.

Практика: Упражнения: «Общий рисунок», «Нелогические задачки», «Крокодил».

### ***Тема 1.7 Обратная связь.***

Теория: Понятие обратной связи в тренинге. Позитивная обратная связь и ее отличия от критики. Защитные реакции участников тренинга.

Практика: Упражнения: «Паутинка», «Карта препятствий», «Злой гений».

### ***Тема 1.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Практическая работа. Выполнение практических заданий \*.

\*Контроль проводится по окончании каждого раздела. Формы контроля подробно описаны ниже, в разделе «Фонд оценочных средств»

## **Раздел 2. «Развитие критического мышления» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 2.1 Критическое мышление как способ контроля эмоций.***

Теория: Спектр эмоций. Ресурсные и нересурсные состояния. Рациональность и эмоциональность.

Практика: Упражнение «Внутренний жест», «Создай хорошее настроение».

### ***Тема 2.2 Приемы саморегуляции.***

Теория: Что такое самоконтроль и саморегуляция. Критическое восприятие проблемной ситуации.

Практика: Ролевые игры «Сломанная вещь», «Не попали в кино».

### ***Тема 2.3 Оценка.***

Теория: Способы оценки полученной информации. Методы и приемы объективного и субъективного оценивания.

Практика: Индивидуальные и групповые упражнения на развитие аналитических способностей, а именно умений: оценивать надежность утверждений, убедительность доводов.

### ***Тема 2.4 Самооценка.***

Теория: Понятие самооценки. Технология самооценки удовлетворенности жизнью «Колесо баланса».

Практика: Построение индивидуального колеса баланса.

### ***Тема 2.5 Целеполагание.***

Теория: Спецификация цели по Р. Дилтсу. Технология целеполагания SMART.

Практика: Решение кейсов на построение целей по SMART.

### ***Тема 2.6 Искусство задавать вопросы.***

Теория: Как правильно задавать вопросы и на них отвечать. Метод Сократа.

Практика: Упражнения: «Ромашка Блума», «Разведка».

### ***Тема 2.7 Работа с информацией.***

Теория: Эффективные методы и приемы работы с информацией. Способы анализа статистических данных. Оценка достоверности информации.

Практика: Фактчекинг. Кейсы на анализ данных.

### ***Тема 2.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Практическая работа. Выполнение практических заданий.

**Раздел 3. «Развитие коммуникативных навыков» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 3.1 Эмоции в общении.***

Теория: Эмоции и чувство. Конструктивные способы выражения эмоций.

Практика: Упражнения: «Покажи эмоцию», «Польза и вред эмоций», «Злой-добрый».

### ***Тема 3.2 Эмпатия.***

Теория: Эмпатия как умение «вчувствоваться» в другого человека. Правила эмпатийного слушания.

Практика: Упражнения: «Замороженные», Игра-дискуссия «Зачем нам эмпатия?»

### ***Тема 3.3 Я глазами других людей.***

Теория: Три состояния: Я-реальное, Я-идеальное, Я-зеркальное. Взаимооценка. Влияние чужого мнения на личность и способы противодействия.

Практика: Упражнения «Ассоциации», «Записки на спине», «Черный стул».

### ***Тема 3.4 Как сказать: «Нет!»***

Теория: Заблуждения и мифы. Когда необходимо говорить: «Нет!». Приемы и методы как сказать: «Нет!»

Практика: решение кейсовых ситуаций.

### ***Тема 3.5 Барьеры общения.***

Теория: Виды барьеров общения. Психологические предпосылки. Способы преодоления барьеров общения.

Практика: Упражнения: «12 барьеров общения», «Саботажники».

### ***Тема 3.6 Конфликт.***

Теория: Понятие конфликта. Стратегии поведения в конфликте. Структура конфликта.

Практика: Решение кейсов на определение стратегий в конфликте. Упражнение «Узкий мостик».

### ***Тема 3.7 Управление конфликтами.***

Теория: Этапы выхода из конфликта. Методы амортизации.

Практика: Упражнения: «Чрезмерная опека», «Запрет».

### ***Тема 3.8 Контрольное занятие.***

Теория: –

Практика: Практическая работа. Выполнение практических заданий.

**Раздел 4. «Развитие навыков работы в команде (кооперация)» (Теория – 1 час, практика – 7 часов).**

### ***Тема 4.1 Самоорганизация.***

Теория: Эффективный тайм-менеджмент. Выстраивание личных границ в группе.

Практика: Упражнение «Циферблат».

### ***Тема 4.2 Личность и коллектив.***

Теория: Определение понятия «личность». Направленность, способности и особенности личности. Учет особенностей личности в групповой работе.

Практика: Упражнения: «Мои сильные и слабые стороны», «Я вам пригожусь...»

### ***Тема 4.3 Лидерство.***

Теория: Определение лидерства. Виды лидерства. Личностные особенности лидера.

Практика: Деловая игра «Выборы».

### ***Тема 4.4 Лидер и его команда.***

Теория: Роль лидера в командном взаимодействии. Делегирование полномочий.

Практика: Упражнения: «Круг и Я», «Без командира», «Харизматичная личность».

### ***Тема 4.5 Организаторская работа.***

Теория: Уровни подчиненности. Основные правила организаторской работы.

Практика: Ролевая игра «Большая семейная фотография».

### ***Тема 4.6 Мотивация***

Теория: Мотивация и самомотивация. Методы стимулирования. Повышение результативности командной работы.

Практика: Упражнения: «Персонаж успеха», «Признание и вознаграждение», «мотиваторы».

#### **Тема 4.7 Принятие общих целей.**

Теория: Методы группового целеполагания.

Практика: Упражнения: «Наблюдатели», «Коллективная идея», «Пока горит свеча».

#### **Тема 4.8 Контрольное занятие.**

Теория: –

Практика: Ролевая игра «Таверна».

**Выходная диагностика (Теория – 0 часов, практика – 2 часа).**

Теория: –

**Практика:** диагностика уровня развития soft skills: креативности (Е. Торренс), стилей мышления (Р. Брэмсон, А. Харрисон), коммуникативных навыков (Л. Михельсон) и командных ролей (Р. Белбин).

**Итоговое занятие (Теория – 0 часов, практика – 1 час).**

**Практика:** Итоговое тестирование. \*

\*Промежуточная аттестация по результатам работы за год проводится на итоговом занятии и подробно описана ниже, в разделе «Фонд оценочных средств»

### **Планируемые результаты**

**К концу первого года обучения, обучающиеся:**

**знают:**

1. методы повышения творческого потенциала;
2. принципы проведения тренинга креативности;
3. методы и приемы саморегуляции, оценки и взаимооценки;
4. основные барьеры общения;
5. основы лидерских качеств, организаторской деятельности, тайм-менеджмента;
6. тенденции современного рынка труда и его требований, предъявляемые к уровню развития софт компетенций;
7. способы развития и использования софт компетенций: критическое и креативное мышление, коммуникация и кооперация в личной и профессиональной сфере деятельности;

**умеют:**

6. давать и получать конструктивную обратную связь;
7. задавать вопросы и отвечать на вопросы;
8. применять навыки критического мышления для анализа информации;
9. конструктивно выражать эмоции;
10. брать на себя как лидерские, так и исполнительские функции;
11. ставить цели по SMART;
12. анализировать, оценивать и обосновывать явления, факты, события и т.д.;
13. искать информацию, разрабатывать новые идеи и составлять планы по их реализации;
14. стремиться к самопознанию и самосовершенствованию.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.2. Условия реализации программы

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы:

#### **Материально-техническое обеспечение**

##### *1. Материально-техническое оснащение кабинета*

- ✓ Наличие учебного помещения для проведения занятий;
- ✓ Персональный компьютер или ноутбук, проектор / интерактивная доска;
- ✓ Комплекс мультимедийного оборудования с возможностью устройства видеоконференций по Web-каналам удаленного доступа;
- ✓ Подключение к интернету;
- ✓ Принтер;
- ✓ Бумага для принтера.

##### *2. Материально-техническое оснащение (на одного обучающегося)*

- ✓ Шариковая ручка – 5 шт. разных цветов (из них две синие);
- ✓ Карандаш простой – 2 шт.
- ✓ Карандаши цветные – 1 уп. (12 цв.);
- ✓ Тетрадь (48 л.) – 1 шт.
- ✓ Ножницы – 6 шт.
- ✓ Клей ПВА – 6 шт.

##### *3. Валеолого-оздоровительные средства*

- ✓ Проветривание помещения
- ✓ Смена видов деятельности
- ✓ Физкультминутки и гимнастика для глаз

##### *4. Санитарно-гигиенические нормы*

- ✓ Аудитории для учебных занятий, оборудованные согласно Сан-Пин.

#### **Кадровое обеспечение**

Кадровое обеспечение программы – высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области психологии без предъявления требований к стажу работы. Либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

#### **Информационное обеспечение**

Интернет источники:

<http://nsportal.ru/> – социальная сеть работников образования.

<https://1сентября.рф/?ID=200400203> – издательский дом 1 сентября.

<https://minobr74.ru> – сайт Министерства образования Челябинской области.

<https://infourok.ru> – сайт для педагогов.

<https://www.youtube.com/> – видеохостинговый сайт, предоставляющий пользователям услуги хранения, доставки и показа видео.

<https://www.trizland.ru> Креативный мир Trizland Сайт, на котором представлено большое количество полезных материалов по развитию креативности, а также задачи и кейсы по ТРИЗ.

Компьютерная программа TRPL3.exe

## 2.3. Формы аттестации

### *Способы определения результативности*

Занятия не предполагают отметочного контроля знаний, поэтому целесообразнее применять различные критерии, такие как:

- текущая оценка достигнутого самим ребенком;
- педагогическое наблюдение;
- результаты практических работ и выполнения упражнений.

При дистанционных формах организации учебного процесса – тесты.

В конце учебного года проводится промежуточная аттестация обучающихся.

Также, для оценки результативности программы введены входная и выходная психодиагностика мягких навыков системы 4К

### *Подходы и принципы к организации подведения итогов*

1. Систематичность, регулярность проведения мониторинга и контроля.
2. Разнообразие форм проведения, обеспечивающее выполнение обучающей, развивающей и воспитывающей функций контроля.
3. Всесторонность, заключающаяся в том, что контроль должен охватывать все разделы программы, обеспечивать проверку теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков учащихся.
4. Объективность.
5. Дифференцированный подход, учитывающий специфические особенности всего учебного материала и отдельных его разделов, а также индивидуальные качества обучающихся.

Система контроля результатов освоения Программы включает:

- наблюдение за обучающимися;
- различные виды опросов (блиц-опросы, мини-опросы, фронтальные, письменные опросы, опросы в игровой форме);
- игры с элементами драматизации;
- письменный контроль (выполнение практических письменных работ).

Система контроля Программы позволяет оценить степень усвоения теоретических и фактических знаний, приобретенные обучающимися метапредметные умения, а также их надпрофессиональные компетенции.

## 2.4. Оценочные материалы

### *Дидактический инструментарий к программе*

Цели диагностики	Методики диагностики
Освоение программы	<ul style="list-style-type: none"><li>● Наблюдение</li><li>● Фонд оценочных средств</li></ul>
Креативность	<ul style="list-style-type: none"><li>● Тест «Творческое мышление» (Э. Торренс)</li><li>● Наблюдение</li></ul>
Критическое мышление	<ul style="list-style-type: none"><li>● Опросник «Стили мышления» (адаптированная версия опросника InQ, разработанного Р.Брэмсоном, А. Харрисоном в переводе и адаптации А.А. Алексеева)</li><li>● Наблюдение</li></ul>
Коммуникативные навыки	<ul style="list-style-type: none"><li>● Тест коммуникативных умений (Л. Михельсон)</li><li>● Наблюдение</li></ul>

Цели диагностики	Методики диагностики
Командная работа	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Тест «Командные роли» (Р. Белбин)</li> <li>• Наблюдение</li> </ul>
Психологический климат в коллективе	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Карта психологического климата коллектива</li> </ul>

**Фонд оценочных средств (диагностические материалы, бланки опросников, тексты тестов, нормативы выполнения, перечни и описания заданий)**

## **2.5. Методические материалы**

### ***Методическое обеспечение***

- Программа.
- Разработки мероприятий (открытых занятий).
- Сборники игр, тренинговых упражнений и т.д.
- Таблицы-памятки, схемы, информационные листы.

### ***Психолого-педагогические материалы***

Использование психолого-педагогических технологий позволяет отслеживать результаты развития soft-skills навыков.

1. Бланки для выполнения психологических тестов.
2. Бланки обработки тестов.
2. Карта-профиль психологического климата группы.

### ***Дидактические материалы***

Дидактический и методический фонды должны соответствовать уровню образовательного учреждения. В роли дидактического материала удобно применять различные памятки: например, «Памятка № 2. Психологическая подготовка к выступлению».

- Разработки информационного характера: разнообразный информационный материал;
- Разработки для организации контроля и определения результативности обучения.
- Наглядные пособия: пособия для групповой и индивидуальной работы, таблицы, демонстрационный видео и фотоматериал, презентации;
- Раздаточный материал (схемы, рисунки, шаблоны).

### ***Формы, принципы и методы реализации программы***

#### ***Формы реализации программы***

Программа реализуется в соответствии с психофизическими особенностями обучающихся. Обучающиеся организуются в учебную группу постоянного состава. Форма обучения очная, дистанционная. Очная форма реализуется на базе образовательной организации. Дистанционная форма реализуется посредством интернет-платформ.

Особое внимание уделяется здоровьесберегающему компоненту. На протяжении занятий чередуются различные формы деятельности обучающихся: теоретический материал может восприниматься сидя, а практическая часть занятия может выполняться стоя или сидя (обучающимся не воспрещается прохаживаться по кабинету, подходить к другим детям и педагогу, в отличие

от уроков, где дети преимущественно сидят). Предусмотрены активные виды деятельности (игры, упражнения и т.д.). Чередование положения тела способствует формированию правильной осанки у обучающихся.

Занятие с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения может включать:

- разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием;
- online-занятие, видеолекция; online-консультация;
- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- дидактические материалы/ технологические карты;
- тестовые задания;
- контрольные задания;
- и др.

*Принципы организации работы:*

– систематичность и последовательность в освоении знаний и умений;

– принцип вариативности и гибкости, предполагающий способность быстро откликаться на изменения среды, на новые потребности, предугадывать их;

– принцип регионализации, обеспечивающий последовательную ориентацию на региональную политику в области образования, учет особенностей региона при организации деятельности;

– принцип открытости, направленный на организацию взаимодействия всех субъектов образовательного пространства;

– принцип экологичности, указывающий, что деятельность и полученные результаты не должны противоречить нормам права, этики, общечеловеческим ценностям, не должны быть направлены на дестабилизацию, ухудшение качества жизни детей;

– принцип индивидуального подхода, который позволяет сочетать потребности государства с потребностями личности, открывает перспективу реальной корректировки образования каждого отдельно взятого обучающегося в соответствии с его социальными претензиями и реальными способностями;

– принцип доступности (весь предлагаемый материал должен быть доступен пониманию обучающихся);

– принцип обратной связи (педагога интересуют впечатления обучающихся от занятия);

– принцип ориентации на успех.

*Методы обучения:*

1. Объяснительно-иллюстративный.
2. Репродуктивный.
3. Поисково-исследовательский.
4. Метод интерактивного обучения.
5. Игровые методы.
6. Психологические тренинги.

*Психологическое обеспечение программы*

Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие

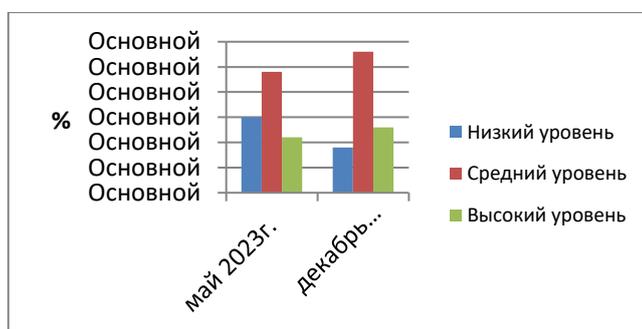
КОМПОНЕНТЫ:

- создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях;
- обсуждение значимых для учащихся вопросов в практической и творческой деятельности;
- применение индивидуальных, групповых и фронтальных форм обучения.

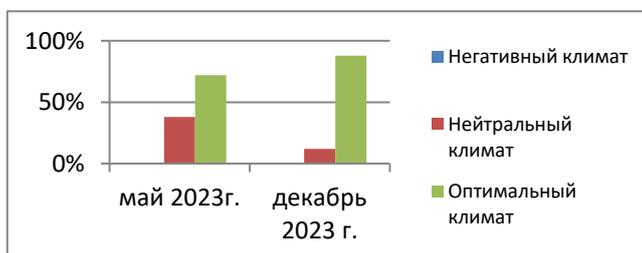
### ***Сведения о практической апробации программы***

В апробации программы принимают участие психолого-педагогические классы восьмой и девятой параллели МАОУ «МЛ №148 г. Челябинска». Всего 69 человек из трех классов. Апробация проходит с января 2023 года по настоящее время.

### **Развитие креативности и творческого мышления (Тест творческого мышления Е. П. Торренса) Уровень творческого мышления обучающихся (в %)**



### **Психологический климат коллектива по карте-схеме Л.Н. Лутошкина**



За время апробации данной программы в лицее отслеживалась ее эффективность. Использовались такие формы отслеживания как тестирование, наблюдение, социометрия, опросы педагогов. Результаты показали положительные изменения как в личностном, так и в социальном плане.

Мониторинг творческого мышления (креативности) по Е. П. Торренсу показывает, что к концу 2023 года повысилось количество обучающихся, которые имеют высокий и средний уровень развития творческого мышления. Коллектив выступает как одна команда. Для данных коллективов характерны взаиморасположение и понимание внутри них и справедливое отношение ко всем членам коллектива, доброжелательность, чувство гордости за коллектив в целом и каждого его члена, в отдельности.

### **Список дополнительной литературы для возможного самостоятельного изучения обучающимися**

1. Бейли, К. Мой продуктивный год: Как я проверил самые известные

методики личной эффективности на себе / Крис Бейли – М.: Изд. «Альпина Диджитал», – 2020. – 300 с.

2. Гецов, Г. Г. Работа с книгой: рациональные приемы / Г. Г. Гецов – М.: Книга, – 1984. – 120 с.

3. Кеннеди, Г. Договориться можно обо всем / Г. Кеннеди – М.: Изд. «Альпина Паблицер», – 2018. – 409 с.

4. Кови, С. 7 навыков высокоэффективных людей / С. Кови – М.: Изд. «Альпина Паблицер», – 2017. – 380 с.

5. Лакейгн, А. Искусство успевать / А. Лакейги – Москва: Агентство «ФАИР», –1995. – 238 с.

6. Меерович, М. Технология творческого мышления / М. Меерович, Л. Шрагина – М.: Изд. «Альпина Диджитал», – 2019. – 495 с.

7. Силиг, Т. Почему никто не рассказал мне это в 20? / Т. Силиг – М.: Изд. «Манн, Иванов и Фербер», – 2019. – 224 с.

8. Трофимова, Л. А. Методы принятия управленческих решений / Л. А. Трофимова, В. В. Трофимов – СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, – 2011. – 190 с.

9. Хиз Дэн. Ловушки мышления. Как принимать решения, о которых вы не пожалеете / Ч. Хиз, Д. Чип – М.: Изд. «Манн, Иванов и Фербер», – 2014. – 390 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Основные понятия

**Hard skills** (англ. «твердые навыки») – это набор профессиональных навыков и умений, связанных с технической стороной деятельности. Такие навыки можно продемонстрировать, они относятся к обязательным требованиям при приеме на работу, их указывают в должностных инструкциях.

**Soft skills** (англ. «мягкие навыки») – связаны не с конкретным видом деятельности, а с коммуникациями для эффективного взаимодействия с коллегами, клиентами и партнерами. Их часто называют «личными качествами», подчеркивая прямую зависимость между soft skills и характером человека, его темпераментом и личным опытом.

**Адаптивность** – способность эффективно реагировать на любые изменения в рабочей среде. Управлять изменениями. Адаптироваться к новым условиям, а также органично вовлекать других в процесс перемен. Иметь открытость к новому и готовность меняться и учиться.

**Когнитивность, познание** – совокупность процессов, процедур и методов приобретения знаний о явлениях и закономерностях объективного мира.

**Команда** – это группа людей, объединенных достижением общей цели, во многом соответствующей личным целям каждого.

**Командная работа (координация)** – способность работать в команде, брать на себя как лидерские, так и исполнительские функции, распределять роли, контролировать выполнение задач. Данные навыки необходимо развивать каждому школьнику. Задача педагога-помогать детям, шагать в ногу со временем, ставить перед ними задачи, которые соответствуют их

способностям и характеру и научить учащихся добиваться их выполнения. Педагог должен иметь общую картину уровня гибких навыков детского коллектива: это может быть результат самоанализа учащихся или результат опроса, проведенного педагогом. Командная ориентация тесно связана с готовностью к сотрудничеству, способностью взаимодействовать, эмоциональным интеллектом и гибкостью.

**Коммуникативные навыки** – умение общаться, доносить свою мысль, слышать собеседника, договариваться

**Коммуникация** – сообщение, передача, делать общим, беседовать, связывать, сообщать, передавать.

**Компетентность** – владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его личностное отношение к ней и предмету деятельности. (по А. В. Хуторскому)

**Компетенция** – совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов, и необходимых для качественной продуктивной деятельности.

**Креативность** – умение нешаблонно мыслить, находить неожиданные решения проблемы, гибко реагировать на происходящие изменения, а также уровень творческой одаренности, способности к творчеству, составляющий относительно устойчивую характеристику личности.

**Критическое мышление** – система суждений, которая используется для анализа вещей и событий с формулированием обоснованных выводов и позволяет выносить обоснованные оценки, интерпретации, а также корректно применять полученные результаты к ситуациям и проблемам. В общем значении под критическим мышлением подразумевается мышление более высокого уровня, чем мышление докритическое.

**Лидерство** – процесс социального влияния, благодаря которому лидер получает поддержку со стороны других членов сообщества для достижения цели.

**Навык** – способность деятельности, сформированная путём повторения и доведения до автоматизма.

**Разрешение конфликтов** – умение эффективно разрешать конфликты любого уровня, преодолевать противоречия, находить способы сосуществования людей с разными позициями и разными точками зрения.

**Совместное творчество** – сочетание коммуникативных навыков и способности творить вместе. Это включает в себя готовность жертвовать частью своей свободы и личных интересов ради общего дела, способность работать в разных культурах и средах, знание языков для понимания другой среды и культуры изнутри, готовность работать с людьми из других направлений деятельности и иного мышления.

**Стрессоустойчивость** – способность не теряться в экстремальных ситуациях, умение оперативно принимать оптимальные решения и действовать в соответствии с ними. Одним из способов повышения стрессоустойчивости является позитивное мышление.

**Техника рефрейминга** (от английского frame – рамка, reframe – реструктурировать, переосмыслить, переформулировать) помогает научиться по-другому воспринимать ситуации, иначе выражать мысли и по-новому реагировать на чужие поступки и слова. **Цифровизация** – переход с налоговой формы передачи информации на цифровую.

**Эмоциональный интеллект** – сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач. Относится к гибким навыкам.

**Эмоциональная зрелость** – это способность брать на себя ответственность и умение управлять своими эмоциями.

**Эмоциональная гибкость** – способность изменять свой подход к собственным эмоциям и эмоциям других людей.

**Эмпатия** – осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека без потери ощущения внешнего происхождения этого переживания.

**Программа по развитию толерантности «Дорогою добра» для учащихся 5-9 классов специальной коррекционной общеобразовательной школы для детей с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальные нарушения)**

*Кияшко Е. В.,  
педагог-психолог  
МБОУ «С(К)ОШ № 57 г. Челябинска»*

**Пояснительная записка**

Настоящая программа нравственного развития «Дорогою добра» направлена на воспитание нравственного, гуманного отношения к людям и всему живому у обучающихся 5 – 9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школы для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушением интеллекта). Программа реализуется в рамках акции «Мир добра и толерантности», приуроченной к Международному дню инвалидов (3 декабря) и Международному дню толерантности (16 ноября).

Программа включена в общешкольную программу воспитания толерантности. Кроме занятий психолога, учащиеся посещают и другие занятия по теме толерантности – у классного руководителя, логопеда, дефектолога, социального педагога и в рамках курсов внеурочной деятельности у других педагогов. Таким образом, работа по обучению детей гуманности и толерантности проводится в учебном учреждении в системе и взаимосвязи.

**Аннотация**

Дети с умственной отсталостью представляют собой одну из самых многочисленных групп детей с ограниченными возможностями здоровья.

Понятием «умственная отсталость» объединены многочисленные и разнообразные формы патологии, проявляющиеся в наибольшей мере в нарушении развития умственной деятельности. Разные формы умственной отсталости различаются по этиологии, патогенезу, клиническим проявлениям, степени выраженности могут различаться по времени возникновения и по особенностям течения.

Недоразвитие и своеобразие умственной деятельности занимает центральное и определяющее место в общем недоразвитии психики ребенка.

Поставленные цели определяются особенностями психической деятельности умственно отсталых детей, существенно отличающимися их от нормально развивающихся сверстников. Знание особенностей развития этих детей необходимо для эффективной с ними работы, для понимания причин, обуславливающих успехи и неудачи их обучения и воспитания, для поиска адекватных способов и приемов педагогического воздействия. Умственно отсталые дети представляют собой весьма разнородную группу детей, которых объединяет наличие повреждения мозга, имеющего диффузный, т.е. широко распространенный, как бы разлитой характер. Морфологические изменения, хотя и с неодинаковой интенсивностью, захватывают многие участки коры головного мозга, нарушая их строение и функции.

Диффузное поражение коры часто сочетается с отдельными, в большей или меньшей степени выраженными локальными повреждениями, иногда захватывающими и подкорковые системы. Все это обуславливает возникновение у ребенка отклонений во всех проявлениях психической деятельности.

Структура психики умственно отсталого ребенка чрезвычайно сложна. Первичный дефект приводит к возникновению многих других вторичных и третичных отклонений.

Эти дети обладают гораздо меньшими возможностями, чем их нормально развивающиеся сверстники, самостоятельно принимать, осмысливать, сохранять и перерабатывать информацию, полученную из окружающей среды. У них значительно снижена познавательная активность, весьма узок круг интересов, имеют место и другие своеобразные отклонения эмоционально-волевой сферы [7, с. 95-98].

Своеобразие развития детей с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден [3].

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие обучающиеся предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство.

Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, особенно произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми [8].

Формирование толерантности является одной из актуальных педагогических задач в современной России. В нашей стране проживает более 160 народов со своей уникальной культурой, традициями, верованиями, обрядами [4].

Толерантность – это проблема как психологическая, так и педагогическая и воспитание толерантности необходимо начинать как можно раньше, чтобы не упустить момент формирования ценностей, мировоззрения и жизненных установок [5].

В специальной (коррекционной) общеобразовательной школе для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушением интеллекта) МБОУ «С(К)ОШ № 57 г. Челябинска» обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья (нарушением интеллекта) из разных социальных и культурных

слоев, разные по национальности, материальному положению, что может создать потенциально конфликтную среду, поэтому педагогически целесообразно заниматься воспитанием толерантной личности, открытой восприятию других людей, способной уважать человеческое достоинство и индивидуальность.

Для решения данной проблемы была разработана программа нравственного развития «Дорогою добра». Программа разработана с учетом психических, возрастных, интеллектуальных особенностей обучающихся. Психологические занятия по этой программе проводятся в нашей школе в течение 9 лет.

Мы проанализировали результаты апробации программы и отметили позитивные изменения: ученики положительно относятся к другим людям, признают многомерность и многообразие человеческой культуры, норм, верований, что на данном этапе, в соответствии с возрастом участников, свидетельствует о достаточном достижении социализации в обществе.

### **Цели и задачи программы**

Основными **целями** психологических занятий по программе нравственного развития «Дорогою добра» являются создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для развития и социализации каждого учащегося, создание воспитывающей среды, обеспечивающей активизацию социальных, интеллектуальных интересов учащихся.

#### **Задачи программы:**

✓ формировать духовно-нравственную основу развития личности в поликультурной среде на основе толерантного подхода, создать пространство для социальных коммуникаций, обеспечивающих возможность выстраивания ребенком собственных моделей поведения и самоопределения в меняющихся социальных условиях.

✓ определять понятие ценностей семьи и общества, сориентировать в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развивать этические чувства как регуляторы морального поведения.

✓ развивать способности предупреждать конфликты и разрешать их ненасильственными методами.

### **Участники программы**

Данная программа состоит из 9 занятий, по одному для 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 и 9 класса, на каждое из которых, приглашаются учащиеся одного класса. Такое количество занятий обусловлено тем, что педагог-психолог включает свои занятия в общешкольную программу развития толерантности. Продолжительность одного занятия 40 минут, для 1 класса – 35 минут. Такая продолжительность занятий обусловлена тем, что занятия имеет воспитательно-нравственную направленность, являются интерактивными, т.е. проводятся с показом видеоматериалов и презентаций, включают в себя отдельные элементы психологического тренинга.

Формировать группу можно как из детей разных классов, так и из одного. Последнее – организационно легче, т.к. нет проблемы согласования разных расписаний. Предпочтительно проводить занятия с разнополой группой, но вполне допустимы и гомогенные группы.

Все занятия построены в соответствии с учетом возрастных и психологических особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья младшего и среднего школьного возраста, уровня их умений и навыков.

### **Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

**Научно-методическими основаниями** для изучения вопроса формирования толерантного сознания послужили работы А. Г. Асмолова и Г. У. Солдатовой. С точки зрения этих исследователей, толерантность – это уважение и признание равенства, отказ от доминирования и насилия, признание многомерности и многообразия человеческой культуры, норм, верований, отказ от сведения этого многообразия к единообразию или к преобладанию какой-то одной точки зрения [1, 23].

С. Ю. Головин в «Словаре практического психолога» дает следующее определение термина «толерантность». «Толерантность – отсутствие или ослабление реагирования на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействию. Например, толерантность к тревоге проявляется в повышении порога эмоционального реагирования на угрожающую ситуацию, а внешне – в выдержке, самообладании, способности длительно выносить неблагоприятные воздействия без снижения адаптационных возможностей» [6, с. 146].

Обратимся также к мнению Н. А. Асташовой, которая определяет толерантность как «уважительное отношение к чужому мнению, лояльность в оценке поступков и поведения других людей, готовность к пониманию и сотрудничеству в решении вопросов межличностного, группового и межнационального взаимодействия» [2].

**Нормативно-правовые основания** программы нравственного развития «Дорогою добра»:

✓ Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст. 79; ст. 55 п. 3;

✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» п. 1.7. п. 2.3; п. 2.9.1;

✓ СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 года № 26);

✓ Годовой календарный график «МБОУ С(К)ОШ № 57 г. Челябинска» на текущий учебный год;

✓ Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов, факультативных, индивидуальных и групповых коррекционных занятий, объединений дополнительного образования «МБОУ С(К)ОШ № 57 г. Челябинска».

### Структура и содержание программы

Настоящая программа обеспечивает:

✓ усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих уважение и признание равенства в современном обществе, отказ от доминирования и насилия;

✓ выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности.

Формы работы соответствуют возрастным особенностям обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также конкретным задачам, решаемым в ходе изучения тех или иных тем:

✓ проведение теоретически-практических занятий;

✓ проблемно-игровые ситуации;

✓ беседы;

✓ показ слайдов;

✓ диагностическое исследование.

Адаптированная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализуется, опираясь на систему основных и специальных дидактических принципов на основе системно-деятельностного подхода:

а) принцип психологической комфортности, предполагающий снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание в школе и на уроках доброжелательной атмосферы, ориентированной на реализацию идей педагогики сотрудничества, развитие диалоговых форм общения;

б) принцип вариативности, предполагающий формирование у учащихся способностей к принятию решений в ситуациях выбора в условиях решения задач и проблем; воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения демократического гражданского общества [3].

Программа структурно представлена девятью психологическими занятиями, обеспечивающими непрерывность изучения темы на уровне среднего общего образования:

1 занятие: 1 класс «Добро и зло». Подвести учащихся к истинному смыслу (значению) рассматриваемых категорий. Формирование потребности в доброжелательных взаимоотношениях.

2 занятие: 2 класс «Дружба – это здорово!». Понятие «дружба»: содержание понятия, особенности дружеских отношений, «правила» взаимодействия. Формирование навыков позитивного межличностного восприятия.

3 занятие: 3 класс «Справедливость и честность». Осознание смысла нравственных категорий «справедливость, сочувствие»; развитие навыков самопознания, конструктивного взаимодействия.

4 занятие: 4 класс «Уважение к людям». Познакомить детей с понятием «уважение», что оно включает в себя, от чего зависит, как мы влияем на проявление уважения/ неуважения людей к нам.

5 занятие: 5 класс «Понятие о толерантности». Ознакомление учащихся с понятием толерантность, развитие способности понимать себя и других людей. Знакомство обучающихся с Международным днем инвалидов (3 декабря) и Международным днем толерантности (16 ноября). 1 час.

6 занятие: 6 класс «Мир вокруг тебя». Формирование доброты, гуманного отношения к животным и всему живому. 1 час.

7 занятие: 7 класс «Мы – разные». Получение знаний о многочисленных сообществах людей, как носителях различных культур. 1 час.

8 занятие: 8 класс «Мы – вместе». Формирование уважения и сочувствия к людям с ограниченными возможностями здоровья. Воспитание у детей чуткости и ответственности. 1 час.

9 занятие: 9 класс «Вот что значит настоящий, верный друг». Развитие осознанного отношения к дружескому общению. 1 час. (см. Приложение 3)

Каждое занятие состоит из трех основных частей:

1. Вводная часть (Разминка).
2. Основная часть (Тематическая).
3. Завершение.

Вводная часть и завершение обычно занимают около четверти всего времени занятия. Около половины времени уделено собственно теме занятия.

Вводная часть включает в себя вопросы о состоянии участников, разъяснение групповых правил (см. Приложение 2) и разминочное упражнение.

Основная часть посвящена теме занятия и проводится в соответствии с программой. Важно отслеживать групповую динамику и уделять необходимое время мотивации участников на занятия, проработке агрессии.

Упражнения по завершению занятия имеют целью символическое окончание занятия, отреагирование накопившихся, но не выраженных чувств, настрой на обычные уроки.

*Таблица 1*

### Планирование занятий

№ п/п	Тема	Цель	Кол-во часов	Классы
1.	«Добро и зло»	Подвести учащихся к истинному смыслу (значению) рассматриваемых категорий. Формирование потребности в доброжелательных взаимоотношениях	1	1
2.	«Дружба – это здорово!»	Понятие «дружба»: содержание понятия, особенности дружеских отношений, «правила» взаимодействия. Формирование навыков позитивного межличностного восприятия	1	2
3.	«Справедливость и честность»	Осознание смысла нравственных категорий «справедливость,	1	3

№ п/п	Тема	Цель	Кол-во часов	Классы
		сочувствие»; развитие навыков самопознания, конструктивного взаимодействия		
4.	«Уважение к людям»	Познакомить детей с понятием «уважение», что оно включает в себя, от чего зависит, как мы влияем на проявление уважения/неуважения людей к нам	1	4
5.	«Что такое толерантность?»	Ознакомление учащихся с понятием толерантность, развитие способности понимать себя и других людей. Знакомство обучающихся с Международным днем инвалидов (3 декабря) и Международным днем толерантности (16 ноября)	1	5
6.	«Мир вокруг тебя»	Формирование доброты, гуманного отношения к животным и всей природе	1	6
7.	«Мы – разные»	Получение знаний о многочисленных сообществах людей, как носителях различных культур	1	7
8.	«Мы – вместе»	Формирование уважения и сочувствия к людям с ограниченными возможностями здоровья. Воспитание у детей чуткости и ответственности	1	8
9.	«Вот что значит настоящий, верный друг»	Развитие осознанного отношения к дружескому общению	1	9

Таблица 2

### Описание используемых методик, технологий, инструментария

Технология	Описание	Источник
Беседа	Технология ориентирована на развитие мировоззренческих представлений, формирование логических, рефлексивных, творческих компонентов мышления старших школьников	Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? – М.: Астрель, 2006.
Групповая работа	Групповая работа позволяет учащимся повысить познавательную мотивацию, снизить уровень тревожности учащихся, страх оказаться неуспешным, некомпетентным в решении каких-то задач. В группе выше обучаемость, эффективность усвоения и актуализации	Уваров А. Ю. Групповая работа: кооперация в обучении. – М.: МИРОС, 2001.

	знаний. Улучшается психологический климат в классе	
Дискуссия	Метод групповой дискуссии используется как метод сбора данных, которых сочетает элементы методов группового социологического наблюдения	Столяренко Л. Д. Основы психологии. 5-е изд., перераб. и доп. – Ростов н/Д, Феникс, 2002.
Игротерапия	Развивающие игры дают детям возможность проявлять инициативу, сотрудничать с другими детьми и взрослыми, быть внимательными, собранными. Школьники могут стать заботливыми по отношению друг к другу, развить позитивный образ человека с активной жизненной позицией	Фопель К. Как научить детей сотрудничать. – М.: Генезис, 2006; Лебеденко Е. Н. Какой я? Развитие самосознания и индивидуальности. – М: Прометей: Книголюб, 2003 и др.
Лекция	Материал в форме лекции позволяет быстро предоставить обучающимся всю необходимую информацию	Стариков П. А. Пиковые переживания и технологии творчества: учебное пособие. – Красноярск: филиал НОУ ВПО «Санкт-Петербургский институт внешне-экономических связей, экономики и права» в г. Красноярске, 2011
Психологический тренинг	Личностно задействует участников и при условии создания приятной атмосферы во время работы и высокой мотивации участников группы, позволяет им подробно рассказать о своих личностных переживаниях, чувствах, выслушивать мнения других участников на основе собственного опыта приходиться к каким-то выводам	Захаров В. П., Хрящева Н. Ю. Социально-психологический тренинг. Л., 1990.

### **Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Гарантии прав участников программы обеспечиваются:

- ✓ Добровольностью участия в программе;

- ✓ соблюдением этического кодекса педагога-психолога службы практической психологии образования России;
- ✓ соблюдением Конвенции о правах ребенка;
- ✓ высокой квалификацией специалистов, участвующих в Программе;
- ✓ правилами работы группы, которые вырабатываются совместно участниками рабочего процесса на первом занятии.

### **Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы**

Заместитель директора по воспитательной работе выступает с инициативой о внедрении программы «Дорогою добра» в образовательный процесс; формирует мотивацию ответственного отношения к ее выполнению; планирует, направляет и контролирует деятельность специалистов. Создает условия для сотрудничества специалистов общеобразовательной организации и психологов школы; отслеживает результаты деятельности.

Психолог организует и непосредственно участвует в работе с детьми; проводит первичную и повторную психодиагностику обучающихся; осуществляет информационно-консультативную помощь.

Учащиеся принимают участие в программе «Дорогою добра».

*Таблица 3*

### **Необходимые ресурсы для эффективной реализации программы**

№	Требования	Описание
1.	К специалистам	Высшее психологическое образование, доброжелательность, инициативность, коммуникабельность, креативность, стрессоустойчивость
2.	Учебные и методические материалы	<p>1. Асмолов А. Г. Толерантность: различные парадигмы анализа//Толерантность и общественное сознание в России. – М.: 1998.</p> <p>2. Асташова Н. А. Толерантность как условие самореализации личности / Н. А. Асташова// Вестник Брянского государственного университета. №1 (2011): Общая педагогика. Профессиональная педагогика. Психология. Частные методики. Брянск: РИО БГУ, 2011. 346с. [электронный ресурс] <a href="https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-kak-uslovie-samorealizatsii-lichnosti">https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-kak-uslovie-samorealizatsii-lichnosti</a> [дата обращения 23.12.2018].</p> <p>3. Бардиер Г. Л. Социальная психология толерантности. СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2005. – 120 с.</p> <p>4. Засыпкина Н. Н. Воспитание толерантности у обучающихся. // Практика административной работы в школе – 2014г, – № 3.– С. 37-40.</p> <p>5. Маменкова Г. И. Семья – источник формирования толерантности у детей через преемственность поколений / Г. И. Маменкова, Е. А. Гузева // Артемовские чтения «Продуктивное обучение: опыт и перспективы: материалы XI Междунар. науч. конф. – Самара, 2019. – С. 299-306.</p>

№	Требования	Описание
		<p>6. Словарь практического психолога / сост.: С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1997, 2001, 1998. – 799 с.</p> <p>7. Старицын А. С. Психиатрия / А. С. Старицын, В. А. Буйков, В. В. Горбач, В. А. Сергеев, – Челябинск: Изд-во «Челябинская государственная медицинская академия», 2005. – 224 с.</p> <p>8. ФГОС: Выявление особых образовательных потребностей у школьников с ограниченными возможностями здоровья на уровне основного общего образования / Под ред. Е. Л. Черкасовой, Е. Н. Моргачевой. – М.: Национальный книжный центр, 2014. – 136 с.</p>
3.	Материально-техническая оснащенность	<p>Наличие помещения для теоретических (информационных) занятий и проведения диагностики.</p> <p>Требования к помещению при проведении психологического занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помещение должно быть отдельным и достаточно просторным для проведения подвижных игр, но не слишком большим, так как это может нарушать ощущение уюта и безопасности;</li> <li>2. Проведение всего курса занятий желательно в одном и том же кабинете;</li> <li>3. В помещении должны находиться стулья по количеству участников;</li> <li>4. Стулья должны быть легкоперемещаемы;</li> <li>5. Кабинет должен быть оснащен компьютерным рабочим местом, экраном, проектором, доской или флипчартом для записей;</li> <li>6. Должны быть в наличии цветные маркеры, фломастеры, карандаши, блокноты для записей</li> </ol>
4.	Информационная обеспеченность учреждения	<p>Библиотека: «Вестник практической психологии образования», «Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы», «Психологическая диагностика», «Журнал практического психолога», «Школьный психолог», «Вестник образования России» и др.</p> <p>Интернет: <a href="http://www.rospsey.ru">www.rospsey.ru</a>; <a href="http://www.n-shkola.ru">www.n-shkola.ru</a>; <a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> и др.</p>

### **Сроки реализации программы**

Программа «Дорогою добра» реализуется в рамках акции «Мир добра и толерантности», приуроченной к Международному дню инвалидов – 3 декабря и Международному дню толерантности (16 ноября).

Данная программа состоит из 9 занятий, по одному для 1 – 9 классов, которые проводятся в ноябре–декабре каждого учебного года во время проведения акции «Мир добра и толерантности».

Срок освоения программы – 9 лет. За это время каждый ученик школы осваивает всю программу, посещая занятие для своего класса 1 раз в учебном году.

Программа включена в общешкольную программу воспитания толерантности. Кроме занятий психолога, учащиеся посещают и другие занятия по теме толерантности – у классного руководителя, логопеда, дефектолога, социального педагога и в рамках курсов внеурочной деятельности у других педагогов. Таким образом, работа по обучению детей гуманности и толерантности проводится в учебном учреждении в системе и взаимосвязи.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

- ✓ Выработка у учащихся понимания и принятия индивидуальности другого человека;
- ✓ Развитие умения приспосабливаться к характеру, привычкам и желаниям других людей;
- ✓ Формирование эффективных поведенческих стратегий и развитие личностных ресурсов.

### **Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Заместитель директора по воспитательной работе контролирует деятельность специалиста, отслеживает результаты деятельности.

Педагог-психолог оформляет и предоставляет администрации школы ежегодный отчет о проведении акции «Мир добра и толерантности». Проводит диагностическое исследование в начале и в конце прохождения программы, оформляет аналитическую справку по результатам исследования.

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Эффективность реализации программы определяется с помощью методики М. И. Шиловой «Диагностика уровня воспитанности».

Диагностика уровня воспитанности по методике М. И. Шиловой отражает пять основных показателей нравственной воспитанности школьника:

- ✓ Отношение к обществу, патриотизм.
- ✓ Отношение к умственному труду.
- ✓ Отношение к физическому труду.
- ✓ Отношение к людям (проявление нравственных качеств личности).
- ✓ Саморегуляция личности (самодисциплина).

Первичная диагностика проводится перед началом программы с учащимися 1 классов, повторная – после окончания прохождения программы с учениками 9 классов.

### **Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации**

Психолого-педагогическая программа «Дорогою добра» прошла апробацию в течение 2018-2023 годов на базе МБОУ «С(К)ОШ № 57 г. Челябинска». За это время в программе приняли участие 886 учеников 1–9 классов. Об эффективности реализации данной программы свидетельствует положительная

динамика повторной диагностики, отзывы администрации школы, педагогов и учащихся (см. Приложения 4,5,6).

### Список литературы

1. Асмолов, А. Г. Толерантность: различные парадигмы анализа//Толерантность и общественное сознание в России. – М.: 1998.

2. Асташова, Н. А. Толерантность как условие самореализации личности / Н. А. Асташова // Вестник Брянского государственного университета. № 1 (2011): Общая педагогика. Профессиональная педагогика. Психология. Частные методики. Брянск: РИО БГУ, 2011. 346 с. [электронный ресурс] <https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-kak-uslovie-samorealizatsii-lichnosti> [дата обращения 23.12.2018]

3. Бардиер, Г. Л. Социальная психология толерантности. СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2005. – 120 с.

4. Засыпкина, Н. Н. Воспитание толерантности у обучающихся. // Практика административной работы в школе–2014г, – №3.– С. 37-40.

5. Маменкова, Г. И. Семья – источник формирования толерантности у детей через преемственность поколений / Г. И. Маменкова, Е. А. Гузева // Артемовские чтения «Продуктивное обучение: опыт и перспективы: материалы XI Междунар. науч. конф. – Самара, 2019. – С. 299 – 306.

6. Словарь практического психолога / сост.: С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, – 1997, 2001, 1998. – 799 с.

7. Старицын, А. С. Психиатрия / А. С. Старицын, В. А. Буйков, В. В. Горбач, В. А. Сергеев, – Челябинск: Изд-во «Челябинская государственная медицинская академия», 2005. – 224 с.

8. ФГОС: Выявление особых образовательных потребностей у школьников с ограниченными возможностями здоровья на уровне основного общего образования / Под ред. Е. Л. Черкасовой, Е. Н. Моргачевой. – М.: Национальный книжный центр, 2014. – 136 с.

## РАЗДЕЛ 4. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ (ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ) ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

### Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа успешного родителя»

*Хажиева А. Ф.,  
педагог-психолог  
МАУДО «ДПШ»*

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа успешного родителя». Направленность программы: социально-гуманитарная.

Программа адресована специалистам, организующим психолого-педагогическое просвещение родителей обучающихся. Направлена на обучение навыкам эффективного взаимодействия родителей (законных представителей) с детьми на разных этапах развития, расширение педагогических компетенций родителей в вопросах образования и воспитания, формирование положительного образов «семьи», «родителей», «детей» и актуализацию внутренних ресурсов родителей.

#### 1. Аннотация

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время недостаточная осознанность, а порой и стихийность воспитательного воздействия родителей, которые чаще всего воспитывают ребёнка так же, как воспитывали их, либо пытаются это делать полностью противоположным образом, часто становятся причинами серьёзных проблем в детско-родительских отношениях. В современном мире необходимо учить родителей быть родителями. Необходимо отметить, что в родительском сообществе возрастает потребность в знаниях о детско-родительских отношениях, о возрастных особенностях своих детей, методах и способах своего реального участия в становлении личности ребёнка.

Данная программа дает возможность:

- 1) в атмосфере доверия и принятия взглянуть со стороны на свой стиль воспитания;
- 2) проанализировать, как отражаются на формировании личности ребёнка и семейных отношений привычные паттерны родительского поведения;
- 3) получить конкретные навыки и практические методы решения проблемных ситуаций;
- 4) узнать, как обыденный стиль отношений, привычные слова и действия формируют жизненный сценарий детей.

#### **Новизна программы.**

Данная программа направлена на осознание: «Многое из того, что человек привносит в этот мир, он берет из родительской семьи». На то, какими личностями стали современные взрослые, огромное влияние оказали

представления их родителей. Ценности и установки родителей будут неизбежно транслироваться будущим поколениям. Поэтому при работе с данной целевой группой возникает необходимость обращаться к проблемам построения, поддержания и развития семейных отношений, которые впоследствии станут залогом формирования конструктивной родительской позиции. Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Воспитательный потенциал программы заключается в том, что у родителей формируется мотивация на повышение уровня психолого-педагогических знаний в вопросах взаимодействия с детьми.

Форма реализации образовательной программы – модульная. Дополнительная образовательная программа «Школа успешного родителя» состоит из 3 модулей: «В ладу с ребёнком», «Дети и гаджеты», «Уроки полового воспитания».

К отличительным особенностям программы можно отнести тренинговую форму работы с родителями.

В родительском модуле представлены разнообразные техники и приемы групповой работы педагога-психолога, направленные на коррекцию и оптимизацию взаимоотношений родителей и детей разного возраста. В системе детско-родительских отношений родитель является ведущим звеном и от него в большей мере зависит, как складываются эти отношения, поэтому одной из задач родительского модуля является формирование навыков сотрудничества с ребенком. Признание за ребенком права на собственный выбор, на собственную позицию обеспечивает понимание и лучшее взаимодействие в семье. Ведь при нарушенных отношениях в семье вопрос осуществления воспитательных функций весьма проблематичен.

Программа построена на основных принципах:

1. *Мотивационная готовность.* Решение поставленных задач возможно только в случае личной заинтересованности участников в работе. Учитывая, что темы занятий определяются целями программы, а не непосредственными интересами конкретных участников, следует стремиться достичь мотивационной готовности путем постоянного обращения к личному опыту и демонстрацией личностной значимости получаемой информации. В качестве дополнительного «мотиватора» может рассматриваться создание условий, при которых участники группы не получают информацию в готовом виде, а самостоятельно формулируют понятия, что достигается не директивной позицией ведущего группы.

2. *Целостность подхода.* В основе интерпретации опыта, получаемого во время работы по программе, должна лежать единая этическая система. Каждая тема рассматривается с учетом воззрений на человека и его жизнь, на отношения полов, на брак, семью и воспитание детей. Знания, полученные на занятиях, будут более или менее полно ассимилированы лишь в том случае, если они вызовут отрефлексированный эмоциональный отклик. Тогда родители сформируют социально приемлемые поведенческие референты (различные поведенческие модели в конкретных ситуациях).

3. *Формы работы.* При выборе форм и методов работы учитывается следующее: наиболее эффективной позицией ведущего является «умеренная недирективность»; привлекаемый иллюстративный материал (притчи, сказки, примеры из жизни) должен соответствовать интеллектуальным возможностям участников и находить отклик в их жизненном опыте.

4. *Приоритет развития над обучением.* Изучаемый материал эффективнее усваивается в том случае, если основные выводы будут сформулированы самостоятельно, а не преподнесены в виде готовой информации со стороны. Самостоятельность в умозаключениях достигается вследствие использования упражнений развивающего типа, которые актуализируют соответствующую разбираемой теме часть опыта. Немалую роль здесь играет способность ведущего структурировать обсуждение таким образом, чтобы, благодаря активности, упражнение достигало необходимого результата.

5. *Переход от осознаваемых проблем* в отношениях с миром, другими людьми и самим собой к более трудным для осознания этическим и духовным проблемам. Оболочка предлагаемых упражнений в большинстве случаев носит игровой характер, отвлекая от этической проблематики, поскольку такая форма работы является не только наиболее привлекательной, но и наиболее эффективной. Задача ведущего – в обсуждении привести группу к анализу неявных проблем, постепенно углубляясь в суть вопроса.

6. *Учет особенностей естественной группы.* Программа ориентирована на группы, поэтому ведущему важно помнить, что родителям предстоит общаться друг с другом и после завершения цикла занятий. Это отличие от обычной тренинговой группы требует повышенного уровня психологической безопасности. Последнее достигается строгим соблюдением правил работы группы, а также учетом характера и динамики межличностных отношений в группе.

Таким образом, эффективность участия во многом зависит от общих установок родителей на групповую работу, от готовности и умения слышать различные позиции людей, извлекать из этого опыт.

## 2. Цели и задачи программы

**Целью** программы является предоставление участникам психологической и информационной поддержки, способствующей повышению психолого-педагогической компетентности в детско-родительских отношениях.

### **Задачи**

#### *Личностные:*

- формировать мотивацию родителей к работе над собой в сфере семейных отношений;
- развивать навык эффективного детско-родительского общения;
- формировать представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка.

#### *Метапредметные:*

- развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа;
- развитие способности самоопределения и навыков осуществления осознанного выбора, обеспечивающих безопасность и социальное благополучие личности, ее гуманное и рациональное отношение к окружающему миру.

#### *Предметные:*

- сформировать у родителей психологические знания о возрастных особенностях детей, о стилях воспитания, об этапах психосексуального воспитания;
- повысить уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми;
- развить у родителей способности к анализу своего и детского поведения;
- совершенствовать умения родителей в оказании эффективной помощи детям в решении жизненных задач;
- сформировать понимания необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов.

### **3. Участники программы**

Адресат программы – 18 лет и старше.

Программа ориентирована на групповую форму реализации и предназначена для родителей, испытывающих трудности в построении взаимоотношений с детьми и подростками, или заинтересованных предупредить таковые в своей семье. Группа может быть сформирована из родителей детей, обучающихся в различных образовательных организациях. Для обеспечения эффективности занятий, ввиду их практикоориентированной формы, оптимальное количество участников группы по программе (в одной группе) – 12–15 человек. Параллельно с занятиями – индивидуальное консультирование родителей (по запросам).

### **4. Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

#### **Научно-методическое обеспечение**

При подготовке программы методологическую основу составили:

- теоретические и практические материалы в области возрастной психологии (Г. С. Абрамова, А. С. Белкин, И. С. Кон, И. Ю. Кулагина, О. В. Хухлаева, Д. Б. Эльконин);
- теоретические и практические материалы в области семейного воспитания (И. Н. Андреева, А. Я. Варга, Ю. Б. Гиппенрейтер, М. И. Лисина, И. М. Марковская, И. Г. Малкина–Пых, А. С. Спиваковская, Ф. Фребель);
- теоретические и практические материалы в области проблем мотивации школьников к обучению (Ш. А. Амонашвили, С. Богатырев, А. А. Венгер, Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. О. Гордеева, М. Лукашенко, Л. В. Петрановская, Г. А. Цукерман, Н. А. Ягодкин).

## **Нормативно-правовые основания программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа успешного родителя» и учебно-методические материалы разработаны на основе следующих нормативно-правовых документов.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).

2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».

6. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3).

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам

профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

12. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 24.12.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изм. и доп., вступ. в силу с 06.01.2022).

13. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение от 31 марта 2022 года № 678-р.

14. Закон Челябинской области от 30 августа 2013 года № 515-30 «Об образовании в Челябинской области» (с изменениями на 2 ноября 2021 года).

15. Локальные нормативные акты МАУДО «ДПШ».

## 5. Структура и содержание программы

### Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	Модули	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
«Школа успешного родителя»	«В ладу с ребёнком»	10	5	5	тест/ творческий проект
	«Дети и гаджеты»	10	5	5	тест/ творческий проект
	<b>Всего часов:</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	

### Учебный план модуля «В ладу с ребёнком» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Форма аттестации / контроля
			теория	практика	
1	Вводное занятие «Кто Я? Я – Личность»	2	1	1	
2	«Трудное» поведение детей	2	1	1	тестирование
3	«Семейный код общения»	2	1	1	
4	«Письма гнева»	2	1	1	
5	«В гармонии с собой» «Наши достижения»	2	1	1	творческий проект
	<b>Всего часов</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	

## Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя»

### Модуль «В ладу с ребёнком»

Тема № 1. Вводное занятие. «Кто Я? Я – Личность».

*Теория:* Вводное занятие. Вводный инструктаж. Выработка правил групповой работы. Информация о цели программы. Знакомство с формой работы группы – тренинг. Понятие «Личность».

*Практика:*

Погружение в атмосферу позитивного общения. Создание рабочей атмосферы. Актуализация проблем влияния родительских установок на развитие личности ребенка. Актуализация эмоционального опыта взаимодействия в родительской семье. Выявление проблем и потребностей семьи.

*Необходимые материалы:* мультимедийное оборудование, стулья по количеству участников, флип-чарт, визитки для участников группы, фломастеры, маркеры, восковые мелки, карандаши, гуашь, ручки, скотч, клей, ножницы, шляпа, листы формата А4 и А3.

Тема № 2. «Трудное» поведение детей».

*Теория:* Понятие «Формы «трудного» поведения ребенка. Причины «трудного» поведения ребенка».

*Практика:*

Определение и переориентация ошибочной цели ребенка. Как правильно реагировать на «трудное» поведение детей. Отработка навыков конструктивного общения с ребёнком. Осознание влияния родительских установок на развитие личности ребенка. Осознание своих реальных и желаемых качеств.

*Текущий контроль:* тестирование.

Тема № 3. «Семейный код общения».

*Теория:* Понятие «Язык принятия» и «Язык непринятия». Понятие «Я – сообщение. Ты – сообщение».

*Практика:*

Отработка навыков конструктивного решения семейных проблем, умения договариваться и слышать друг друга. Определение языка «Я – сообщение. Ты – сообщение». Перефразирование, уход от оценок и осуждения в общении с ребенком. Осознание своих реальных и желаемых качеств.

Тема № 4. «Письма гнева».

*Теория:* Понятие «Агрессия. Причины агрессивного поведения». «Влияние СМИ на развитие детской агрессивности».

*Практика:*

Осознание чувств, знакомство с диапазоном чувств, телесное ощущение чувств. Обучение распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении. Обучение приемлемым способом разрядки гнева и агрессивности. Знакомство с техниками и приемами, способствующими разрядке гнева приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Тема № 5. «В гармонии с собой». «Наши достижения».

*Теория:* Понятие «Факторы, вызывающие синдром эмоционального выгорания».

*Практика:*

Фокусировка внимания представлений о своих супружеских и детско-родительских взаимоотношений. Освоение приемов восстановления эмоционального равновесия и профилактики негативных последствий эмоционального выгорания. Рефлексия базовых ценностей личности. Осознание своих реальных и желаемых качеств. Осознание трудностей, рисков, которые могут сопровождать семейные отношения. Формулирование представлений участников программы о принципах воспитания детей по итогам программы и сравнение с исходными представлениями.

*Промежуточная аттестация:*

Творческий проект. Создание коллажа «Ошибки родительства. В ладу с ребёнком». Каждому участнику предоставляется возможность из открыток, вырезок из журналов составить коллаж на тему «Ошибки родительства. В ладу с ребёнком». Данное упражнение оценивает изменения, которые произошли в вопросах психолого-педагогической компетентности в детско-родительских отношениях.

**Учебный план модуля «Дети и гаджеты»  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Школа успешного родителя»**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Форма аттестации / контроля
			теория	практика	
1	«Принципы правильного использования гаджетов»	2	1	1	
2	«Тайм-менеджмент. Инструменты организации времени»	2	1	1	тестирование
3	«Формирование самостоятельности и ответственности»	2	1	1	
4	«Мотивация к учебе. Способы повышения учебной мотивации»	2	1	1	
5	«Фундамент успешного будущего. План развития своего ребенка»	2	1	1	творческий проект
	Всего часов	10	5	5	

## Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя»

### Модуль «Дети и гаджеты»

Тема № 1. Вводное занятие. «Принципы правильного использования гаджетов».

*Теория:* Вводное занятие. Вводный инструктаж. Выработка правил групповой работы. Информация о цели программы. Знакомство с формой работы группы – тренинг. Как начинается возникновение зависимости. Причины: почему ребенок «зависает в сети». Плюсы и минусы время препровождения с гаджетами для ребенка. Стоит ли контролировать детей в интернете.

*Практика:* Погружение в атмосферу позитивного общения. Создание рабочей атмосферы. Выявление проблем и потребностей семьи. Актуализация возможных проблем со здоровьем у детей в связи с длительным использованием гаджетов. Экологичное отношение к гаджетам. Экранное время: рациональное дозирование времени работы с электронными средствами обучения и гаджетами. Правила общения ребенка с современными гаджетами.

*Необходимые материалы:* мультимедийное оборудование, стулья по количеству участников, флипчарт, визитки для участников группы, фломастеры, маркеры, восковые мелки, карандаши, гуашь, ручки, скотч, клей, ножницы, шляпа, листы формата А4 и А3.

Тема № 2. «Тайм-менеджмент. Инструменты организации времени».

*Теория:* Понятие «Тайм-менеджмент». Эффективное управление своим временем, приоритеты и сроки.

*Практика:* Обучения навыкам организации своего времени (планирование и контроль дел). Игровые приемы контроля выполнения дел. Как решать простые, неприятные задачи. Приемы борьбы с «поглотителями времени». Противостояние собственной лени. Формирование семейных традиций и доверительных отношений в семье.

*Текущий контроль:* тестирование.

Тема № 3. «Формирование самостоятельности и ответственности».

*Теория:* Понятие «Ответственность». Плоды ответственности. Компоненты ответственности. Уровни ответственности. Условия воспитания ответственности.

*Практика:* Обучение техникам: «принятие ответственности», «правило велосипеда». Как привить умения самостоятельно мотивировать свои действия. Методы и приемы формирования ответственности и самостоятельности.

Тема № 4. «Мотивация к учебе. Способы повышения учебной мотивации».

*Теория:* Понятие «Мотивация». Причины отказа от учебной деятельности. Роль родителя в формировании мотивации. Ошибки родителей.

*Практика:* Алгоритм действий родителей в ситуации, когда ребенок не хочет учиться. Практические советы по повышению мотивации. Техники: «чувство – причина», «чувства – исправления». Организация рабочего места и распорядок дня. Рекомендации по подготовке домашнего задания.

Тема № 5. «Фундамент успешного будущего. План развития своего ребенка».

*Теория:* Качества успешного ребёнка. Что нужно вкладывать в ребёнка для успеха в будущем. Родительские установки, от которых зависит успех ребёнка во взрослой жизни. Кодекс родителей успешного ребёнка. Основные потребности ребёнка. Условия для воспитания успешного ребёнка.

*Практика:* Причины, разрушающие самооценку. Формирование самооценки ребёнка в каждом периоде жизни. Определение достоинств и недостатков ребёнка. Как формировать у ребёнка здоровую самооценку. Портрет успешного человека.

*Промежуточная аттестация:*

Творческий проект. Создание коллажа «Ошибки родительства. Дети и гаджеты». Каждому участнику предоставляется возможность из открыток, вырезок из журналов составить коллаж на тему «Ошибки родительства. Дети и гаджеты». Данное упражнение оценивает изменения, которые произошли в вопросах психолого-педагогической компетентности в детско-родительских отношениях.

## **6. Описание используемых методик, технологий, инструментария**

Основным методом работы является личностный тренинг, в ходе которого создаются условия для личностного преобразования участников в контексте происходящих с ними изменений. В программе используются: беседы, дискуссии, «мозговые штурмы», мини-лекции, ролевые игры, элементы психодрамы и психогимнастические упражнения.

При проведении занятий используются следующие формы работы:

- информирование;
- установление при анализе ситуации логических взаимосвязей между событиями;
- рассказ о личном опыте;
- ролевая игра;
- групповая дискуссия;
- анализ жизненных ситуаций;
- постановка жизненных целей и поиск путей их реализации.

Учебно-методический комплекс дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя» представлен в приложении № 1.

## **7. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Участники программы (родители) должны быть извещены о цели работы, о применяемых методах и способах использования полученной информации.

Работа с родителями начинается только после того, как дали согласие на участие в ней.

Психолог информирует родителей (или законных представителей детей) о результатах реализации программы, а также доводит до их сведения любую интересующую их информацию.

Перед проведением занятий, участники знакомятся с основными правилами работы в группе, основанными на принципах: взаимоуважения, добровольности, конфиденциальности и др.

Ведущий руководствуется «Этическим кодексом психолога» и исходит из уважения личного достоинства, прав и свобод человека, провозглашенных и гарантированных Конституцией Российской Федерации и международными документами о правах человека.

## **8. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы**

Права и обязанности участников программы определяются выработанными правилами группы. Отношения между участниками и ведущими программы строятся на основе доверия, сотрудничества, взаимного уважения и предоставления свободы развития личности.

Происходящее в группе всегда определяется личностным выбором каждого участника, никто не может принудить его к совершению каких-либо поступков.

*Права педагога-психолога определены должностной инструкцией специалиста.* «При исполнении профессиональных обязанностей педагогические работники имеют право на свободу выбора и использования методик обучения и воспитания, учебных пособий и материалов, учебников в соответствии с образовательной программой, утвержденной образовательным учреждением, методов оценки знаний обучающихся, воспитанников» (Федеральный Закон «Об образовании»).

*Педагог-психолог несет ответственность* за подготовку, планирование и проведение занятий. Ведущий группы так же обязан соответствовать требованиям квалификационных характеристик; обеспечивать безопасность жизни и здоровья участников во время реализации программы; соблюдать конфиденциальность получаемой от участников информации; соблюдать морально-этические нормы.

*Участники программы имеют право:* на добровольное участие в программе; на отказ от занятий при наличии обстоятельств, которые могут нанести вред его психическому или физическому здоровью; уважение человеческого достоинства, свободное выражение собственных взглядов и убеждений.

*Участники программы обязаны:* соблюдать правила, принятые участниками программы; уважать честь и достоинство других участников программы; не совершать действий, наносящих психологическую и физическую травму другим участникам программы; соблюдать режим посещения занятий.

## **9. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

### **Требования к специалистам, реализующие программу**

Подготовка ведущих из числа психологов, имеющих навыки групповой работы. При отборе специалистов, которые будут проводить работу по программе, важно учитывать проявляемый ими интерес, энтузиазм, наличие опыта групповой работы. Специалист должен иметь соответствующее образование и быть компетентным в области методической, педагогической

и психологической наук, возрастной психологии, семейной психологии. Ведущий должен владеть знаниями и практическими компетенциями в области информационно-коммуникационных технологий, знанием возрастных, психологических особенностей, уметь организовывать групповую работу, знать методические основы работы с взрослыми. В список умений специалиста включаются его действия на всех этапах группового обсуждения, знание закономерностей групповой динамики и их использование в психологических целях, контроль за временем.

Чтобы программа была успешной, важно искреннее стремление образовательных учреждений осуществлять профилактику. Программа должна быть представлена «дружелюбно», привлекательно, четко сформулирована и понятна администрации, педагогам и сотрудникам образовательного учреждения, где планируется проведение программы. Их следует информировать о целях и содержании занятий, сформировать у них позитивный имидж программы.

### **Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы**

Учебно-методический комплекс дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа успешного родителя» представлен в приложении № 1.

1. Алексеева, Е. Е. Что делать, если ребёнок... Психологическая помощь семье с детьми от 1 до 7 лет / Е. Е. Алексеева: СПб. : Речь, 2008. – 224 с. – ISBN 5-9268-0665-8. – Текст: непосредственный.

2. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей – М., 2004.

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Ребенок в семье / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва : АСТ, Времена, 2020. – 159 с. : ил.; 17 см. – (Серия «Эмоциональное воспитание детей»); ISBN 978-5-17-118738-5 :

4. Гиппенрейтер, Ю. Б. Родителям: книга вопросов и ответов: что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. - Москва: АСТ, 2013. – 191 с. : ил.; 21 см.; ISBN 978-5-17-078417-2

5. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 1998.

6. Моница, Г. Б., Лютова-Робертс, Е. К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) – СПб.: ООО Издательство «Речь», 2007.

7. Малкина-Пых, И. Г. Семейная терапия. – М.: Изд-во Эскиммо, 2005.

8. Марковская, И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб.: ООО Издательство «Речь», 2002.

9. Овчарова, Р. В. Психология родительства. – М.: «Академия», 2005.

10. Петрановская, Л. В. Если с ребенком трудно / Л. В. Петрановская. – М.: АСТ, 2014.

11. Прохорова, О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования// Учебное пособие. – Москва, 2005.

12. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи. -СПб.: Питер, 1999.

#### **Интернет-источники:**

13. <http://azps.ru/training/>

14. <https://www.ya-roditel.ru/>

15. <http://pedlib.ru/Books/7/0026/7-0026-1.shtml>

### **Требования к материально-технической оснащенности**

Необходимо также согласовать возможность использования материально-технической базы учебного заведения для занятий. С администрацией согласуются сроки, время и место проведения занятий, список необходимого оборудования и материалов, подбирается подходящее для работы помещение. Обязательным требованием при проведении программы к помещению, которое позволяет активно перемещаться при выполнении психологических упражнений. Необходимо: наличие стульев по количеству участников; доски (флип-чарта); набора маркеров; бумаги; ватмана; блокнотов для участников и другого инструментария, необходимого для проведения конкретного занятия (например, мяча, наборов карандашей, красок, пластилина, ручек и т.д.) (Приложение 2).

### **Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы**

- интернет-ресурсы;
- проектор;
- библиотека.

## **10. Сроки и этапы реализации программы**

Объем программы – 30 часов, по 10 часов по каждому модулю.

Формы обучения – очная, очная с применением дистанционных технологий.

Виды занятий – учебное занятие, практические занятия, тренинги, мастер-классы и беседа.

Срок освоения программы – каждый модуль – 5 недель, запланированный срок реален для достижения цели и ожидаемых результатов.

Режим занятий – периодичность 1 раз в неделю по 2 академических часа с обязательным перерывом 10 минут.

Общее количество часов в год – 30 часов.

## **11. Ожидаемые результаты реализации программы**

Планируемые результаты освоения программы «Школа успешного родителя».

*Личностные:*

- сформирована мотивация родителей к работе над собой в сфере семейных отношений;
- развиты навыки эффективного детско-родительского общения;
- сформированы представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка.

*Метапредметные:*

- развиты навыки постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа;

– развиты способности самоопределения и навыков осуществления осознанного выбора обеспечивающих безопасность и социальное благополучие личности, ее гуманное и рациональное отношение к окружающему миру.

*Предметные:*

- у родителей сформированы психологические знания о возрастных особенностях детей, о стилях воспитания, об этапах психосексуального воспитания;
- повышен уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми;
- у родителей развиты способности к анализу своего и детского поведения;
- совершенствованы умения родителей в оказании эффективной помощи детям в решении жизненных задач;
- сформировано понимание необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов.

## **12. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы осуществляется посредством промежуточной и итоговой аттестации.

Оценочными материалами являются:

- контрольно-измерительные материалы отслеживания личностного развития родителя осуществляется методом наблюдения и собеседования;
- контрольно-измерительные материалы отслеживания метапредметных результатов представлены в методике «Цель – Средство – Результат» (ЦСР), А. А. Карманов. (Приложение № 3),  
источник: <https://psytests.org/cognitive/csr.html>;
- контрольно-измерительные материалы отслеживания предметных результатов представлены в приложениях № 3, 4.

## **13. Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Показатели представлены анализом данными промежуточной и итоговой аттестации.

Критериями оценки являются: теоретические знания; навыки психолого-педагогического взаимодействия; семейное самосознание; личностный рост; ответственность родителя за надлежащее воспитание.

**Фонд оценочных средств текущего контроля по дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Школа успешного родителя»  
Модуль «В ладу с ребёнком»**

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
Тестирование	Низкий	– у родителя отсутствуют психологические знания о возрастных особенностях детей, о стилях воспитания; – не сформирована мотивация родителя к работе над собой в сфере семейных отношений
	Средний	– у родителей не в полной мере сформированы психологические знания о возрастных особенностях детей, о стилях воспитания; – средний уровень мотивации родителя к работе над собой в сфере семейных отношений
	Высокий	– у родителей сформированы психологические знания о возрастных особенностях детей, о стилях воспитания; – сформирована мотивация родителей к работе над собой в сфере семейных отношений
<i>Фонд оценочных средств промежуточной аттестации</i>		
Творческий проект. Создание коллажа «Ошибки родительства. В ладу с ребёнком»	Низкий	– снижен уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми; – не сформировано понимание необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов; – частично сформированы представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка
	Средний	– средний уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми; – частично сформировано понимание необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов; – частично сформированы представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка
	Высокий	– повышен уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми;

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– сформировано понимание необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов;</li> <li>– сформированы представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка</li> </ul>

**Фонд оценочных средств текущего контроля по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Школа успешного родителя»  
Модуль «Дети и гаджеты»**

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
Тестирование	Низкий	<ul style="list-style-type: none"> <li>– у родителя отсутствуют психологические знания в вопросах профилактики компьютерной зависимости;</li> <li>– не сформирована мотивация родителя к работе над собой в сфере семейных отношений</li> </ul>
	Средний	<ul style="list-style-type: none"> <li>– у родителей не в полной мере сформированы психологические знания в вопросах профилактики компьютерной зависимости;</li> <li>– средний уровень мотивации родителя к работе над собой в сфере семейных отношений</li> </ul>
	Высокий	<ul style="list-style-type: none"> <li>– у родителей сформированы психологические знания в вопросах профилактики компьютерной зависимости;</li> <li>– сформирована мотивация родителей к работе над собой в сфере семейных отношений</li> </ul>

*Фонд оценочных средств промежуточной аттестации*

Творческий проект. Создание коллажа «Ошибки родительства. Дети и гаджеты»	Низкий	<ul style="list-style-type: none"> <li>– снижен уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах организации учебного и свободного времени, умений конструктивного управления им;</li> <li>– не сформировано умение использовать позитивные родительские установки в процессе формирования самостоятельности и ответственности;</li> <li>– частично сформированы представления об ответственности родителя за психологическое состояние ребенка</li> </ul>
	Средний	<ul style="list-style-type: none"> <li>– средний уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах организации</li> </ul>

Форма контроля	Уровень освоение материала	Зачетные требования
		учебного и свободного времени, умений конструктивного управления им; – частично сформировано умение использовать позитивные родительские установки в процессе формирования самостоятельности и ответственности; – частично сформированы представления об ответственности родителя за психологическое состояние ребенка
	Высокий	– повышен уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах организации учебного и свободного времени, умений конструктивного управления им; – сформировано умение использовать позитивные родительские установки в процессе формирования самостоятельности и ответственности; – сформированы представления об ответственности родителя за психологическое состояние ребенка

#### **14. Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа успешного родителя» апробируется педагогом-психологом на площадке МАУДО «Дворец пионеров и школьников им. Н. К. Крупской г. Челябинска» с 30.09.2021 г. по настоящее время.

За весь период апробации программы количество участников составляет 60. Группы были сформированы из родителей детей, обучающихся в МАУДО «ДПШ». Параллельно с занятиями также проводилось индивидуальное консультирование родителей (по запросам).

Данная программа участвовала в конкурсном мероприятии «Фестиваль лучших педагогических и методических практик среди педагогических работников МАУДО «ДПШ»» в 2022/2023 учебном году в номинации «Лучшие авторские дополнительные общеразвивающие общеобразовательные программы».

Таким образом, апробирование программы «Школа успешного родителя» показало следующие результаты:

- повысился уровень психолого-педагогических знаний родителей в вопросах взаимодействия с детьми;
- сформировались представления об ответственности родителя за развитие здоровой личности ребенка;
- сформировалась мотивация родителей к работе над собой в сфере семейных отношений;

– сформировалось понимание необходимости построения гармоничных, конструктивных, доверительных, поддерживающих взаимоотношений внутри семьи для здоровья каждого из ее членов.

На основе результатов апробации программы можно говорить о ее необходимости и важности для системы образования. Её внедрение может оказать положительное влияние на повышение образовательных результатов, как в системе дополнительного образования, так и в школах.

### Список литературы

1. Алексеева, Е. Е. Что делать, если ребёнок... Психологическая помощь семье с детьми от 1 до 7 лет / Е. Е. Алексеева: СПб.: Речь, 2008. – 224 с. – ISBN 5-9268-0665-8. – Текст: непосредственный.
2. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей – М., 2004.
3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Ребенок в семье / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва: АСТ, Времена, 2020. – 159 с. : ил.; 17 см. – (Серия «Эмоциональное воспитание детей»); ISBN 978-5-17-118738-5 :
4. Гиппенрейтер, Ю. Б. Родителям: книга вопросов и ответов: что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. - Москва: АСТ, 2013. – 191 с.: ил.; 21 см.; ISBN 978-5-17-078417-2
5. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, –1998.
6. Моница, Г. Б., Лютова-Робертс, Е. К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) – СПб.: ООО Издательство «Речь», – 2007.
7. Малкина-Пых, И. Г. Семейная терапия. – М.: Изд-во Эскимо, – 2005.
8. Марковская, И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб.: ООО Издательство «Речь», –2002.
9. Овчарова, Р. В. Психология родительства. – М.: «Академия», –2005.
10. Петрановская, Л. В. Если с ребенком трудно / Л. В. Петрановская. – М.: АСТ, 2014.
11. Прохорова, О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования// Учебное пособие. – Москва, – 2005.
12. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. Психология и психотерапия семьи. - СПб.: Питер, 1999.

#### **Интернет-источники:**

1. <http://azps.ru/training/>
2. <https://www.ya-roditel.ru/>
3. <http://pedlib.ru/Books/7/0026/7-0026-1.shtml>

**Учебно-методический комплекс дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Школа успешного родителя»**

№	Структура учебно-методического комплекса	Содержание структурных компонентов
1	Формы текущего контроля	тестирование
2	Форма промежуточной и итоговой аттестации	творческий проект
3	Оценочные материалы	<p>1. Контрольно-измерительные материалы отслеживания личностного развития родителя осуществляется методом наблюдения и собеседования.</p> <p>2. Контрольно-измерительные материалы отслеживания метапредметных результатов представлены в методике «Цель – Средство – Результат» (ЦСР), А. А. Карманов. (Приложение № 2).</p> <p>Источник: <a href="https://psytests.org/cognitive/csr.html">https://psytests.org/cognitive/csr.html</a></p> <p>3. Контрольно-измерительные материалы отслеживания предметных результатов представлены в Приложениях № 2, 3</p>
4	Методические материалы	<p>– методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, поисковый;</p> <p>– методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.</p> <p>– формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.</p> <p>– формы организации учебного занятия: беседа, практическое тренинговое занятие, творческое задание.</p> <p>– педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология проблемного обучения, технология коллективной творческой деятельности.</p> <p>– алгоритм учебного занятия: краткое описание структуры занятия и его этапов</p>
5	Список литературы	<p>Рекомендуемый список литературы для педагога</p> <p>1. Алексеева, Е. Е. Что делать, если ребёнок... Психологическая помощь семье с детьми от 1 до 7 лет / Е. Е. Алексеева: СПб.: Речь, 2008. – 224 с.- ISBN 5-9268-0665-8. – Текст: непосредственный.</p> <p>2. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей – М., 2004.</p>

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Ребенок в семье / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва : АСТ, Времена, 2020. – 159 с. : ил.; 17 см. – (Серия «Эмоциональное воспитание детей»); ISBN 978-5-17-118738-5:

4. Гиппенрейтер, Ю. Б. Родителям: книга вопросов и ответов: что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. – Москва: АСТ, 2013. – 191 с.: ил.; 21 см.; ISBN 978-5-17-078417-2

5. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 1998.

6. Моница Г. Б., Лютова-Робертс, Е. К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) – СПб.: ООО Издательство «Речь», 2007.

7. Малкина-Пых, И. Г. Семейная терапия. – М.: Изд-во Эскимо, 2005.

8. Марковская, И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб.: ООО Издательство «Речь», 2002.

9. Овчарова, Р. В. Психология родительства. – М.: «Академия», 2005.

10. Петрановская, Л. В. Если с ребенком трудно / Л. В. Петрановская. – М. : АСТ, 2014.

11. Прохорова, О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования / Учебное пособие. – Москва, 2005.

12. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 1999.

Интернет-источники:

1. <http://azps.ru/training/>
2. <https://www.ya-roditel.ru/>
3. <http://pedlib.ru/Books/7/0026/7-0026-1.shtml>

## Приложение 2

### Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
<b>I. Технические средства обучения</b>		
1.	цифровой фотоаппарат	1
2.	устройство для чтения информации с карты памяти	1
3.	внешний накопитель информации	1
4.	мультимедийное оборудование	1
<b>II. Учебно-практическое (учебно-лабораторное, специальное, спортивный инвентарь, инструменты и т.п.) оборудование</b>		
1.	планшет для бумаги с зажимом	15
2.	карандаши восковые толстые цветные	4 упаковки
3.	набор цветных маркеров для доски (4 цвета)	1 упаковка
4.	малярный широкий скотч	1
5.	ножницы	5
6.	карандаши простые	15

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
7.	цветные карандаши 12 цветов	4 упаковки
8.	клей	5
9.	пластилин	4 упаковки
10.	листы бумаги формата А-4	1 упаковка
11.	листы бумаги формата А-3	20 листов
12.	листы бумаги формата А-1 (ватман)	10 листов
13.	белая доска для записей	1
14.	губка для стирания с доски	1
15.	магниты	1 упаковка
16.	блокнот	15
17.	визитки (бейджи) для участников группы	15
<b>III. Мебель</b>		
1.	стол	1
2.	компьютерный стол	1
3.	стулья	15
4.	аудиторная доска (для письма фломастером с магнитной поверхностью /мелом)	1
5.	шкафы для хранения оборудования	1
<b>IV. Дидактические материалы</b>		
1.	Информационно-методический раздаточный материал	15

## **Программа практикума для родителей «Школа родительского успеха»**

*Переступняк Н. В.,*

*педагог-психолог*

*МБОУ «С(К)ОШ № 72 г. Челябинска»*

### **Пояснительная записка**

#### **Актуальность**

В настоящий момент общепринятым является признание значимости того вклада, который вносит семья в формирование эмоционально-личностной сферы ребёнка, а через это – и в общий ход развития общества. Именно в семье могут зародиться деструктивные отношения у ребенка сначала с близкими, а затем и с окружающими людьми. Возникновение негативных проявлений в поведении ребенка может, по нашему мнению, предотвратить своевременное осознание родителями своих педагогических, деструктивных установок, паттернов собственного поведения и непосредственное их влияние на воспитательный процесс и личность ребенка в целом. При этом современные представления о семейном воспитании характеризуются высоким уровнем неопределённости.

Политические и общественные кризисы, неоднократно происходившие в новейшей истории России, не могли не оказать косвенного влияния на состояние семьи как общественного института. Ситуация может быть описана как значительное размытие представлений о том, какие ценности необходимо

ретранслировать своим детям, какие приёмы воспитания являются эффективными и корректными с этической точки зрения, а какие – нет. Сложившаяся обстановка требует применения новых методов и подходов к психологической работе для оказания помощи семье, столкнувшейся с проблемами в детско-родительских отношениях. Нередко родители пытаются разговаривать с детьми с позиции власти и превосходства, Подобное несовпадение в значительной степени снижает эффективность авторитарных стратегий воспитания, а также – провоцирует рост числа конфликтов. Отсутствие осознания этой причинно-следственной связи со стороны родителей может вести к протестным или девиантным формам социализации.

Особые проблемы возникают в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ, имеющих нарушение интеллекта, особенно, если это социально неблагополучные семьи или семьи с опекаемыми детьми. Здесь могут быть проблемы неприятия особенностей своих детей со стороны родителей, завышенные ожидания родителей, неадекватная оценка способностей детей. Использование групповой формы работы в формате семинара-практикума с элементами тренинга позволяет сделать просветительскую работу с родителями более эффективной, сочетая ее с просветительской и консультативной работой в индивидуальном формате.

Важно отметить, что данная программа может применяться для работы не только с родителями обучающихся с ОВЗ, но и с любой родительской аудиторией школьников.

**Вид программы** – просветительский.

**Целевая аудитория** родители (законные представители) обучающихся школ, в том числе детей с ОВЗ.

**Апробация программы:** данная программа использовалась нами в работе с родителями обучающихся МБОУ «С(К)ОШ № 83 г. Челябинска» в период с сентября 2022 г. по май 2023 г. Затем апробация продолжилась в МБОУ «С(К)ОШ № 72 г. Челябинска» с сентября 2023 г. до текущего момента. Таким образом, апробация программы проводилась более двух лет. За этот период в работе практикума «Школа родительского успеха» приняли участие более 70 родителей. 80 % из них посетили 1–2 занятия, 20 % – все занятия в течение учебного года, так как программа рассчитана именно на один учебный год. Обе школы являются коррекционными (для детей с нарушением интеллекта), соответственно все родители, с которыми проводились занятия по данной программе, являются родителями (законными представителями) детей с ОВЗ (нарушение интеллекта).

Оценка эффективности программы по нижеописанным критериям оценки эффективности программы проводилась с помощью анкетирования родителей (законных представителей). Анкетирование проводилось в конце каждого занятия. Текст анкеты находится в приложении к данной программе.

Данная программа согласована с руководителем методического объединения педагогов-психологов Курчатовского района г. Челябинска Шульц Натальей Викторовной.

### **Ожидаемые результаты:**

Участие позволяет родителям лучше понять себя и мотивы своего поведения, потренироваться в применении техник эффективного взаимодействия с ребенком, увидеть новые пути разрешения проблемных ситуаций. В результате участие в практикуме родители начинают лучше понимать собственные стереотипы воспитания, которые не являются результатом осознанного выбора воспитателя, а обычно перенимаются либо «по наследству» от своих родителей, либо являются следствием представлений об отношениях ребёнка и родителя, полученных из близкого социального окружения, средств массовой коммуникации и информации.

Таким образом, родитель начинает выстраивать более эффективное взаимодействие с детьми.

### **Критерии оценки эффективности программы:**

- Повышение рефлексивной способности родителей (законных представителей) в оценке своих воспитательных стратегий, понимание своего стиля семейного воспитания;
- Повышение уровня информированности родителей (законных представителей) в вопросах семейного воспитания и психологии детей;
- Повышение желания и интереса родителей к вопросам психологии развития и воспитания детей.

**Количественные критерии** – количество родителей, посещающих занятия (анализ посещаемости занятий).

**Качественные критерии** – оценка участниками степени интереса и полезности с тем, форм и видов деятельности, их рекомендаций и предложений. Проводится на основе анализа анкет участников занятий.

### **Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

• Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 03.07.98 (с изменениями от 20.07.2000 г. № 103-ФЗ) -[https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558).

• Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 17.02.2023) – URL: <https://base.garant.ru/70291362>.

• Ткаченко В. В. Семья ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Диагностика и консультирование. – М.: Национальный книжный центр, 2014. – 160 с.

### **Цели практикума «Школа родительского успеха»:**

- осознание родителями (законными представителями) собственных родительских позиций и расширение осознанности мотивов воспитания в семье;
- оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания детей и гармонизация стиля воспитания;
- профилактика негативных проявлений в поведении детей и подростков.

### **Задачи:**

- Психологическое просвещение – дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье. Осознание необходимости установления равноправных взаимоотношений с ребенком; знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, с понятием неформального общения. Повышение психологической грамотности родителей в области психофизиологии детей с ОВЗ, уровня принятия ими особенностей их детей

- Обучение – дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели. обучение навыкам поддержки, закрепление навыков активного слушания, овладение навыком использования «Я-высказываний» для решения проблем, непосредственно касающихся жизни родителя.

- Переориентация – самоисследование родительских позиций, развитие многомерности психологического видения детско-родительских отношений: преодоление уже сформировавшихся стереотипов поведения и паттернов. Осознание неэффективных стратегий родителей; обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

Программа рассчитана для проведения занятий с родителями в течение одного учебного года.

### **Этапы реализации программы**

1 этап (1 год) – разработка программы, апробация различных тем, форм и видов деятельности участников семинара-практикума.

2 этап (2 год) – апробация данной программы.

3 этап (3 год) – корректировка программы с учетом оценки эффективности данного варианта программы.

**Формирование группы.** Группа родителей формируется по предварительной записи. Возраст школьников, чьи родители приглашаются на занятия, не важен. Желательно приглашать родителей тех детей, которые имеют определенные трудности или нарушения в развитии, в поведении, в социализации (например, гиперактивные дети, опекаемые и т.д.)

**Состав группы:** от 3 до 10 человек.

**Продолжительность каждого занятия:** 1,5–2 часа.

**Количество занятий и регулярность встреч в течение одного учебного года:** 1 занятие в четверть, всего 4 занятия за уч. год. Возможны дополнительные занятия (2), связанные с проблемой школьной адаптации.

### **Методы работы:**

- Беседа.
- Анкетирование.
- Метод проблематизации.
- Работа с конкретными случаями и примерами.
- Групповая дискуссия.
- Мозговой штурм.
- Техники психодрамы.
- Просмотр и обсуждение видеосюжета.

- Кейсы.
- Тестирование.

### **Принципы организации и проведения занятия:**

1. Принцип добровольности.
2. Принцип конфиденциальности (все, что мы узнаем друг о друге в группе, не должно обсуждаться за ее пределами).
3. Принцип «там и тогда» (ретроспектива и актуализация предыдущего опыта).
4. Принцип «здесь и теперь» (рефлексия своих чувств и эмоций в процессе работы в тренинге).
5. Принцип активности (участник практикума может вынести из него полезный опыт только в том случае, если будет активно включаться во взаимодействие, групповые дискуссии, обсуждения).

### **Структура занятия:**

1. Знакомство, создание комфортной атмосферы.
2. Обсуждение формата работы и правил работы на занятии.
3. Игра-разминка.
4. Теоретическая часть по теме занятия.
5. Групповая дискуссия. Обсуждение наиболее распространенных проблем во взаимоотношениях родителей и детей.
6. Рефлексия и обратная связь.

### **Диагностический инструментарий, используемый на занятиях:**

- Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» (ВРР) (автор И. М. Марковская) – <https://dip-psi.ru/psikhologicheskiye-testy/post/oprosnik-vzaimodejstvie-roditel-rebenok-i-m-markovskaya>.

• Опросник Е. О. Смирновой и М. В. Быковой «Структура родительского отношения» – <http://www.med24info.com/books/psihologicheskoe-obsledovanie-semi-ucheb-posobie-prak--tikum-dlya-stud-fak-psihologii-vyssh-ucheb-zavedeniya-g-lidere-2-e-izd-ster-m-izdatelskiy-centr-akademiy-432-s/3-3-6-oprosnik-e-o-smirnovoy-i-m-v-bykovoy-struktura-roditelskogo-otnosheniya-15188.html>

Примечание: права участников практикума на конфиденциальность полученной в результате диагностики информации осуществляются посредством индивидуальных консультаций. В группе обсуждается только общие типовые варианты результатов, однако по желанию участника семинара-практикума может быть проанализирован результат отдельного участника в качестве демонстрации.

### **Условия реализации:**

- Кабинет.
- Стулья и столы для участников занятия.
- Бумага А4,
- Ручки, фломастеры.
- Компьютерный проектор.
- Магнитная доска.

## Тематическое планирование

Данное тематическое планирование встреч с родителями в рамках практикума «Школа родительского успеха» сформировано в результате анализа анкет участников, где они выделяли для себя наиболее интересные и полезные темы. За два года апробации программы мы включали занятия и на другие темы, отличающиеся от нижеуказанных. Но по степени популярности у родителей (по результатам анкетирования), количеству родителей, посетивших занятие психолога, нами сделаны выводы о наиболее востребованных темах для обсуждения на занятиях.

Время	Тема занятия	Виды и формы деятельности	Прогнозируемый результат
1 четверть	Поощрение и наказание: как правильно применять эти формы воспитания	Беседа. Просмотр видеоматериала по данной теме – видео на тему «8 Способов Наказывать Ребенка и Не Сломать его Психику» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hxBhPpudIC0">https://www.youtube.com/watch?v=hxBhPpudIC0</a> Обсуждение 8 правил правильного наказания Дискуссия. Кейсы.	Повышение психологической компетентности родителей в вопросах воспитания.  Повышение осознанности родителей в выборе эффективных воспитательных стратегий.
2 четверть (два занятия)	Особенности воспитания детей, стратегии воспитания, стили семейного воспитания (две встречи – 1 встреча-тестирование и ознакомление со стилями семейного воспитания, 2 встреча – ознакомление тестируемых родителей с результатами. Анализ ситуаций	1 занятие – тестирование (методика ВВР), обсуждение результатов. Просмотр видеоматериала – лекция Л. Петрановской «Воспитание приемных детей» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xnNH4O8-Faw">https://www.youtube.com/watch?v=xnNH4O8-Faw</a> 2 занятие – обсуждение результатов тестирования (групповая и индивидуальная форма). Анализ трудной педагогической ситуации (работа в парах). Дискуссия. Анкетирование как обратная связь с участниками занятия	Повышение компетентности в решении трудных воспитательных ситуаций
3 четверть	Гиперактивные дети: советы психолога по воспитанию и коррекции их поведения	Беседа по теме с просмотром видеофрагмента «Что такое СДВГ?» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=HptqrmgtNHo">https://www.youtube.com/watch?v=HptqrmgtNHo</a>	

		Работа с конкретными примерами проблемных ситуаций. Дискуссия. Ознакомление с рекомендациями. Анкетирование как обратная связь с участниками занятия.	
4 четверть	Как формировать у ребенка адекватную самооценку	Анализ результатов тестирования детей. Беседа по теме с просмотром видеофрагмента «Как повысить самооценку ребенка. 4 совета для родителей» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5CmJOdMgVnY">https://www.youtube.com/watch?v=5CmJOdMgVnY</a> Анализ типичных ошибок родителей. Разбор проблемных ситуаций (мозговой штурм). Обсуждение рекомендаций. Анкетирование как обратная связь с участниками занятия	
<b>Дополнительные занятия (по заявке администрации)</b>			
1 четверть	Как помочь первокласснику адаптироваться к школьному обучению	Ознакомление родителей с результатами изучения особенностей адаптации уч-ся 1 класса. Лекция психолога по теме. Дискуссия. Обсуждение рекомендаций.	Повышение психологической компетентности родителей в вопросах воспитания и помощи в обучении детям в адаптационный период
	Помощь родителей в адаптации пятиклассников к обучению в средней школе	Ознакомление родителей с результатами изучения особенностей адаптации уч-ся 5 класса. Лекция психолога по теме. Дискуссия. Обсуждение рекомендаций.	

### Список литературы

1. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 03.07.98 (с изменениями от 20.07.2000г. № 103-ФЗ) – [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/);
2. Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 17.02.2023) – URL: <https://base.garant.ru/70291362/>;
3. Ткаченко, В. В. Семья ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Диагностика и консультирование. – М.: Национальный книжный центр, 2014. – 160 с.
4. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 1999. – 210 с.

## Программа профилактики эмоционального выгорания у педагогов «Второе дыхание»

*Бородулина Н. А.,  
педагог-психолог  
МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска»*

### Актуальность программы

Эмоциональное выгорание педагогов – это серьезная проблема, которая в настоящее время встречается все чаще и становится распространенной среди преподавателей в различных образовательных учреждениях. Это состояние характеризуется чувством чрезмерной физической, психической и эмоциональной истощенности, возникающей в результате продолжительного стресса и перегрузки работой. Что в свою очередь подрывает жизнестойкость педагога. Жизнестойкий педагог способен в современных условиях решать профессиональные задачи, ориентируясь на ценности саморазвития, самореализации и самоактуализации, способен вовлекаться в процесс внедрения инновационных образовательных технологий.

Эмоциональное выгорание проявляется в различных симптомах. Педагоги могут испытывать постоянное чувство усталости и истощения, а также потерю интереса и мотивации к своей работе. Они также могут столкнуться с частыми головными болями, проблемами со сном, раздражительностью и изоляцией. Кроме того, эмоциональное выгорание может привести к снижению качества обучения и влиять на отношения с учениками, коллегами и родителями. Проблема профилактики эмоционального выгорания педагогов заслуживает серьезного внимания. Необходимо предоставлять учителям достаточную поддержку и ресурсы для эффективного выполнения их обязанностей. Обучение по управлению стрессом и развитие навыков саморегуляции также могут помочь предотвратить и облегчить эмоциональное выгорание. Кроме того, важно создать условия, способствующие работе в команде, обмену опытом и поддержке между коллегами. Решение проблемы профилактики эмоционального выгорания педагогов будет иметь положительное воздействие на работу учителей и, следовательно, на качество образования, которое они предоставляют. Это также позволит повысить уровень жизнестойкости, удовлетворенности и профессионального развития педагогов, что является важным для их долгосрочного вклада в образовательную среду.

Актуальность проблемы, ее практическая значимость и недостаточная разработанность в теоретическом и методологическом аспектах определили выбор темы программы: **«Профилактика эмоционального выгорания педагогов – ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»**

**Вид программы** – просветительская психолого-педагогическая программа, направленная на формирование психологических знаний, повышение уровня психологической культуры и психологической компетенции педагогов. Профилактика является одной из форм просвещения, что полностью обосновывает вид выбранной программы.

**Апробация программы** – это процесс ее тестирования и практического применения с целью определения эффективности и корректировки.

Экспериментальная группа участников состояла из 40 педагогов МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска».

В декабре 2022 года педагогом-психологом с целью выявления уровня профессионального выгорания педагогов, была проведена диагностика Опросник экспресс-оценки эмоционального выгорания (В. Каппони, Т. Новак), Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон).

Результаты эксперимента представлены ниже в виде диаграммы.

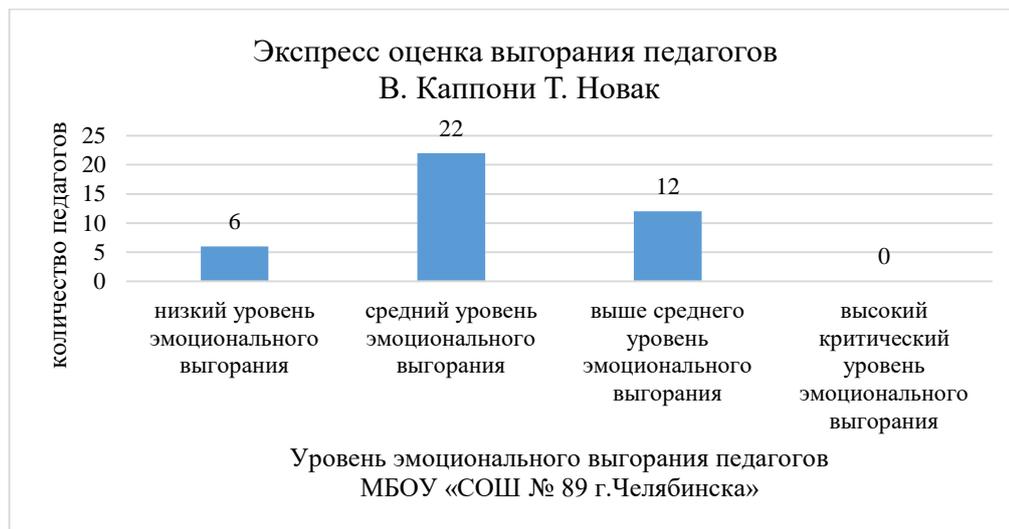


Рис. 1. Результаты Экспресс диагностики оценка эмоционального выгорания педагогов (В. Каппони, Т. Новак)

Из вышепредставленной диаграммы следует, что в школьном коллективе 12 педагогов, что соответствует 30 % коллектива, имеют уровень эмоционального выгорания выше среднего, это свидетельствует о том, что учителя находятся в предкризисном состоянии, и им необходимо обратить внимание на свое эмоциональное состояние. Достаточно высокий уровень средних показателей эмоционального выгорания – это 55 % учительского коллектива, каждый педагог из этой группы с помощью профилактики может улучшить свое состояние до низкого уровня выгорания.



Рис. 2. Результат диагностики «Профессиональное выгорание»  
К. Маслач, С. Джонсон адаптация Н.Е. Водопьянова по шкале «Эмоциональное выгорание»

По результатам диагностики мы видим шкалу «Эмоциональное истощение» 25 % педагогов на низком уровне, они управляют своими эмоциями, преобладает позитивный настрой. 35 % педагогов на среднем уровне, что может уже быть тревожным симптомом повышения уровня истощаемости, если не начать профилактику. 40 % респондентов имеют высокий уровень эмоционального выгорания, эти участники с трудом проявляют позитивные эмоции, через сопротивление включаются в работу.

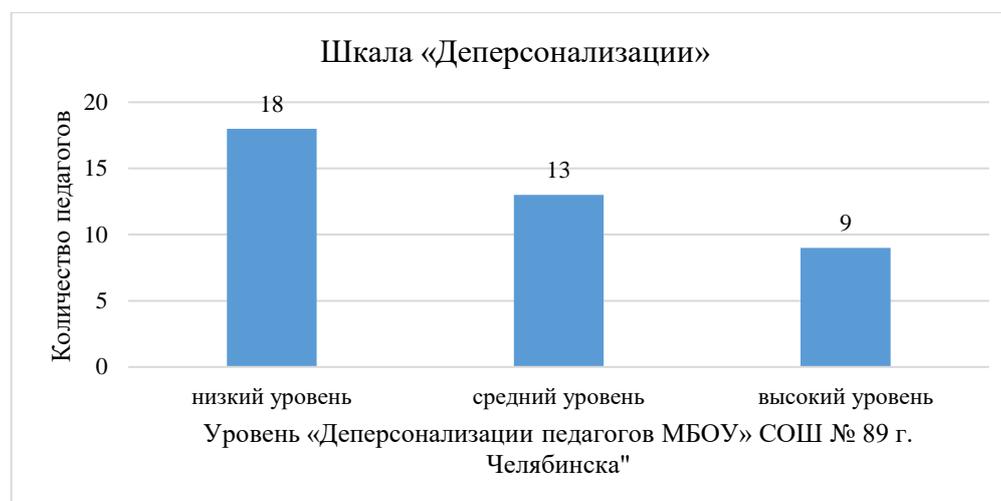


Рис. 3. Результат диагностики «Профессиональное выгорание»  
К. Маслач, С. Джонсон по шкале «Деперсонализация»

Деперсонализация отражает деформации в отношениях с другими людьми. В одних случаях это может быть повышение зависимости от окружающих, повышение значимости внешних оценок. В других – усиление негативизма, циничность установок и чувств по отношению к субъектам профессиональной деятельности. Из диаграммы можно сделать вывод, что большинство педагогов (45 %) имеют низкий уровень деперсонализации. 32,5 % – средний уровень, 22,5 % – высокий уровень.



Рис.4. Результат диагностики «Профессиональное выгорание» К. Маслач, С. Джонсон адаптация Н.Е. Водопьянова по шкале «Редукция личных достижений»

Редукция личных достижений проявляется в снижении самооценки, занижении своих профессиональных достижений, негативных установках по отношению к профессиональным возможностям или ограничении обязанностей по отношению к субъектам профессиональной деятельности. 35 % испытуемых показывают низкий уровень редукции, 40 % – средний уровень, 25 % – высокий уровень. Педагоги с высоким и средним уровнем редукции нуждаются в профилактической программе.

Итоговые результаты представлены в разделе апробация программы.

Исходя из анализа полученных данных делаем вывод, что проблема эмоционального выгорания актуальна для педагогов МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска».

#### **Аннотация программы**

**Цель программы:** Создать условия для профилактики эмоционального выгорания педагогов.

**Задачи работы по программе:**

- помочь педагогам в овладении знаниями в области профессионального выгорания;
- содействовать формированию мотивации педагогов на самопознание и самореализацию;
- способствовать приобретению педагогами знаний о методах и приемах профилактики профессионального выгорания;
- помогать педагогам развивать навыки конструктивного реагирования в напряженных ситуациях;
- содействовать развитию у педагогов навыка рефлексии профессиональной деятельности.
- содействовать осмыслению оценки профессиональных и личностных ценностей, установлению гармоничных целей и приоритетов.
- содействовать развитию умений постановки границ и навыков эффективного распределения рабочего времени

## Описание участников программы

Программа предназначена для ведения психопрофилактической работы с педагогами образовательных организаций. Педагоги в большей степени подвержены риску эмоционального выгорания, поскольку в максимальной степени используют в повседневной работе ресурсы своей психики.

Среди педагогов существует проблема узнавания синдрома эмоционального выгорания, которая проявляется в повышенной раздражительности, агрессивности, тревожности, негативных изменениях в ценностно-нравственной ориентации личности. Проявления эмоционального выгорания (далее – ЭВ) в профессиональной деятельности учителя многообразны, однако, как правило, не осознаются самими педагогами. Эмоциональное речевое реагирование является отражением отношения педагога к себе, к своей деятельности и к партнерам по деятельности. Учителя с ЭВ используют контролирующие и организующие воздействия; опровержение чужого мнения даже без попытки аргументации; употребление дисциплинирующих речевых действий (практически всегда негативных), которые носят деструктивный характер (оскорбительные и разоблачающие оценки учеников, угрозы). Учителя с проявлениями ЭВ испытывают трудности в организации диалога с учащимися, в создании творческой атмосферы на уроке, в гибком и адекватном использовании методов обучения, поддержании включенности учеников в урок. При этом особенности функционирования эмоциональной сферы учителя, навыки его эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивость входят в структуру его профессионально важных качеств.

Рассматривая поведенческие проявления, то есть симптомы выгорания, можно подчеркнуть очевидную связь этого феномена со стрессом. При ЭВ налицо все три фазы стресса:

- *нервное напряжение*, которое создают: отрицательная психоэмоциональная атмосфера, ощущение повышенной ответственности, «трудные» клиенты;
- *резистенция (сопротивление)*, во время которого человек пытается более или менее успешно оградить себя от неприятных впечатлений;
- *истощение*, характеризующееся оскудением психических ресурсов, снижением эмоционального тонуса, которое наступает вследствие того, что проявленное сопротивление оказалось неэффективным [1].

Таким образом, есть вероятность, что подверженный данному синдрому специалист окажется истощенным не только психически, но и физически. Работа для него станет бременем, которое он не в состоянии нести.

Среди основных факторов, вызывающих развитие ЭВ, выделяют индивидуальные особенности специалистов и организационные особенности профессиональной деятельности (условия среды, содержание работы и социально-психологические условия деятельности). Индивидуальные факторы делятся на социально-демографические (возраст, пол, уровень образования, семейное положение, стаж работы) и личностные (выносливость, локус контроля, стиль сопротивления, самооценка, нейротизм (тревожность), экстраверсия). [21].

К основным организационным переменным, вызывающим выгорание учителя, относят величину класса, неоднозначность роли учителя, перегрузку, недостаток поддержки от коллег и администрации, трудности в работе с «неуправляемыми» детьми, недостаток обратной связи от коллег и администрации и т.д.

### **Структура и содержание программы**

Данная просветительская психолого-педагогическая программа включает в себя несколько этапов, основанных на общей логике ведения профилактической работы и предполагает организацию мероприятий на двух уровнях профилактики:

**Этап первичной профилактики.** Предполагает работу со всем коллективом в рамках профилактики и просвещения.

**Цель** – повышение уровня психолого-педагогической компетентности педагогов, развитие умения анализировать, критически мыслить, находить новые пути решения возникающих трудностей. Данное направление реализуется, главным образом, через лекции, семинары и круглые столы, на которые могут быть приглашены педагоги.

**Этап вторичной профилактики.** Заключается в сборе диагностического материала с целью изучения личностных и профессиональных качеств педагогов; определение уровня эмоционального напряжения и составлении и внедрении программы занятий с элементами тренинга по профилактике эмоционального выгорания.

Структура программы на этапе вторичной профилактики включает в себя три этапа:

#### **1. Ознакомительный этап (1 час).**

Цель этого этапа – это формирование заинтересованной позиции активного участия, создание благоприятного психологического климата и настрой на продуктивную работу, изучения актуального уровня знаний участников по проблеме. Проводится семинар, групповая входящая диагностика и анализ результатов диагностики.

#### **2. Основной содержательный этап (10 часов) 5 занятий.**

Практический блок. Проведение практической части программы с педагогами «группы риска». Цель – снятие эмоционального напряжения у педагогов; обучение навыкам эмоциональной саморегуляции; активизация творческих, интеллектуальных и профессиональных ресурсов педагогов; обновление и расширение взгляда на себя как на личность и профессионала; развитие навыков тайм-менеджмента, сплочение педагогического коллектива.

На данном этапе решается основная цель и реализация задач программы.

На этом этапе занятия разделены на 4 блока

- Блок обучения приемам снятия эмоционального напряжения и профилактики стресса;
- Блок обучения приемам тайм-менеджмента;
- Блок повышения коммуникативной компетенции;
- Блок формирования активной жизненной позиции.

Консультирование как метод индивидуальной работы с педагогами в рамках программы профилактики эмоционального выгорания.

Цель – совместный поиск решения возникающих проблем в ходе обсуждения, беседы. Данное направление реализуется через консультации, по окончании которых педагог получает рекомендации.

**Основные принципы реализации данной программы:**

- принцип добровольности и готовности участников к работе;
- принцип осознанности педагогов в отношении существующих трудностей и потребности их решить;
- принцип индивидуального и комплексного подхода в работе с каждым педагогом;
- принцип системности и последовательности в реализации предложенных программой задач и форм работы.

Календарно тематическое планирование практической части занятий с элементами тренинга программы профилактики эмоционального выгорания педагогов «Второе дыхание» (Таблица 1)

Таблица 1

№ п п	Вид деятельности	Цель, задачи	Содержание	Сроки	Кол -во час
1.	Семинар для педагогов «Что такое эмоциональное выгорание, способы профилактики. На что обратить внимание, знакомство с результатами диагностики»	Актуализировать имеющиеся знания о проблеме эмоционального выгорания. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дать понятие ЭВ, стадии и этапы выгорания</li> <li>• Познакомить со способами профилактики</li> <li>• Дать практические рекомендации (см. Приложение 2)</li> <li>• Провести рефлекссию результатов диагностики</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приветствие</li> <li>• Упражнение на снятие общего напряжения «Крокодил эмоций»</li> <li>• Семинар по теме ЭВ вопрос-ответная форма.</li> <li>• Раздать индивидуальные результаты по диагностике учителям, рассказать о значениях.</li> <li>• Подведение итогов работы «Я с собой возьму три важных момента»</li> </ul>	Январь	1 ч
2.	Занятие с элементами тренинга «Стресс и его влияние на общее самочувствие учителя и учеников»	Снижение психоэмоционального напряжение педагогов, актуализировать знания о приемах саморегуляции. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дать понятие стресса и влияние его на организм человека.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Приветствие</li> <li>• Упражнение на снятие эмоционального напряжения «Мадам Шамкина»</li> <li>• Просмотр отрывка из фильма Учитель на замену <a href="https://www.youtube.co">https://www.youtube.co</a></li> </ul>	Февраль	2 ч

№ п п	Вид деятельности	Цель, задачи	Содержание	Сроки	Кол-во час
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обучение способам управления своим эмоциональным состоянием.</li> <li>• Обучение способам психологической самопомощи в ситуации стресса.</li> <li>• Обучение педагогов способам снижения стрессовых реакций организма.</li> </ul>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=I4lhfbYTKc">m/watch?v=I4lhfbYTKc</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Географ глобус пропил</li> </ul> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=vSmsCKaQIzg">https://www.youtube.com/watch?v=vSmsCKaQIzg</a></p> <p>Что видим в картине, что общего у главных героев, как вам приходится справляться с подобными моментами.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Арт-техника «Мой стресс»</li> <li>• Упражнение «Образ моего стресса из фольги, трансформация»</li> </ul> <p>ответы на вопросы: что питает этот стресс, три вещи которым научила меня стрессовая ситуация.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «напряженный учитель-ученик»</li> </ul> <p>ответы на вопросы как чувствует себя ученик, когда педагог не в ресурсном состоянии. Что чувствует педагог, когда он «на нуле»?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «Надуваем Шар»</li> <li>• «Устойчивое положение»</li> <li>• «Точки расслабления»</li> <li>• «Мое безопасное место»</li> </ul> <p>Рефлексия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что сегодня я возьму с собой</li> <li>• Мое состояние сейчас...</li> </ul>		
3	Занятие с элементами тренинга «Тайм-	Повысить личную эффективность, позволяющую добиваться больших	Приветствие • Упражнение «Погудим»	Апрель	2 ч

№ п п	Вид деятельности	Цель, задачи	Содержание	Сроки	Кол -во час
	менеджмент как ресурс повышения жизнестойкости педагога»	<p>результатов и достигать значимых целей при меньших затратах времени и энергии.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Научиться расставлять действия в порядке приоритетности для человека;</li> <li>• ранжирование целей по степени важности;</li> <li>• построение наиболее рациональной модели поведения при использовании временного ресурса;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с техникой «Квадрат Декарта», используем метафорические карты «В поисках смысла»</li> <li>• Техника «Матрица Эйзенхауэра»</li> <li>• Упражнение на повышение уровня самооценки «Я молодец»</li> <li>• Упражнение «мои актуальные ценности»: я знаю, что для меня важно</li> <li>• Техника «Умение сказать нет!»</li> <li>• Завершение «Три момента которые я возьму с собой», «над чем стоит подумать?»</li> </ul>		
4	Занятие с элементами тренинга «Одеяло поддержки, умение давать и принимать конструктивную обратную связь»	<p>Снижение уровня тревожности педагогов перед выпускными экзаменами и контрольными работами.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Научиться отслеживать свое состояние</li> <li>• Научиться давать и принимать поддержку</li> </ul>	<p>Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Поздороваться с каждым при помощи рук, без использования голоса» что чувствовали?</li> <li>• МАК Техника «Мое состояние как» с использованием колоды. В поисках смысла Ю. Демидова.</li> <li>• Просмотр мультфильма «Сказка про одеяло» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=EArFw6ncVIk">https://www.youtube.com/watch?v=EArFw6ncVIk</a></li> <li>• Беседа: Как я могу позаботиться о себе?</li> <li>• Упражнение «Мешочек наслаждения»</li> </ul>	Май	2 ч

№ п п	Вид деятельности	Цель, задачи	Содержание	Сроки	Кол-во час
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение Арт-техника «Одеяло заботы для...»</li> <li>• Завершение «Как я сегодня позабочусь о себе»</li> </ul>		
5	Занятие с элементами тренинга «Конструктивное решение конфликтных ситуаций, работа с эмоциями после конфликта»	<p>Развитие навыков конструктивного решения конфликтов</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить со способами решения конфликтов</li> <li>• Научить анализировать ситуацию с разных сторон</li> <li>• Способствовать применению навыков поведения в конфликте</li> <li>• Обучение техникам саморегуляции и быстрого восстановления после конфликта</li> </ul>	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение «Я-Я-Я»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа с кейсами «Конфликтные ситуации в школе»</li> <li>• Способы решения конфликтов</li> <li>• Разбор кейса в технике «Шесть шляп»</li> <li>• Техника «Трехчастное высказывание» отработка в парах</li> <li>• Обучение методу саморегулирования после конфликта в технике ДПДГ «Крылышки бабочки»</li> </ul> <p>Завершение «Три момента, которые я возьму с собой»</p> <p>Сегодня я благодарен за...</p>	Октябрь	2 ч
6	Занятие с элементами тренинга «Позитивное подведение итогов года, планирование достижимых целей на новый год с помощью коучинговых и арт-терапевтических техник»	<p>Снять эмоциональное напряжение</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Настроиться на позитивный год</li> <li>• Подвести итоги года</li> <li>• Научиться ставить достижимые цели</li> <li>• Визуализация цели</li> <li>• Создать новогоднее настроение</li> </ul>	<p>Приветствие</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение на снятие эмоционального напряжения «Кто или что под елочкой?»</li> <li>• Упражнение «Что у меня точно получилось в этом году?»</li> <li>• Техника SMART для постановки целей</li> </ul> <p>АРТ-техника «12 целей нового года» с использование МАК</p> <p>Мастер-класс</p>	Декабрь	2 ч

№ п п	Вид деятельности	Цель, задачи	Содержание	Сроки	Кол-во час
			«Рождение ангелов» создаем елочную игрушку из органзы в технике мотанки <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zCk6O9brrmw">https://www.youtube.com/watch?v=zCk6O9brrmw</a> Завершение «Три момента, которые я возьму с собой» Рефлексия по итогу программы		
<b>Итого 11 часов</b>					

### **Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

Профессиональное выгорание – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Синдром профессионального выгорания относится к числу феноменов личностной деформации и является неблагоприятной реакцией на рабочие стрессы, включающие в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты [3].

Профессора Калифорнийского университета психологии разработали научный метод для изучения этой проблемы выгорания, который предполагает три уровня указанного феномена:

1. Психологическое истощение. Чувственное перенасыщение, понижение положительных реакций на происходящее или полное равнодушие.

2. Деформация личности. Ухудшение отношений с окружающим обществом, снижение независимости и самостоятельности, проявления негативного и циничного отношения к людям.

3. Снижение личностных достижений. Отрицательная самооценка, ограничение возможностей, успеха, достижений и обязанностей.

Понятию и сущности эмоционального выгорания педагогов посвящены работы таких авторов, как Евстафьева С. А., Коджаспиров А. Ю., Колесниченко А. А., Кротов В. Ю., Нургалеев В. С., Петрова Ю. О., Перепелкина Л. К., Полковникова А. В., Попогребская И. В., Финогенова О. Н., Шакиров И. О. и ряда других.

Вопросы анализа профессиональных деструкций в своих работах рассматривали такие авторы, как Водопьянова Н. Е., Гайдар К. М., Девятковская И. В., Камнева Е. В., Малютина О. П., Старченкова Е. С., Сыманюк В. Ф., Фокина И. В., Цатурян М. О., Шуракова Н. Н. и ряд других.

Условия и методы профилактики эмоционального выгорания педагогов в своих работах рассматривали такие авторы, как Бойко В. В., Бородаенко Е. А., Заусенко И. В., Жуковская Л. В., Лебедева И. М., Панова В. Н., Раздобарова О. А., Трошихина Е. Г., Трунов Д. Г., Фоменко Н. А. и ряд других.

**Нормативно-правовые основания программы профилактики эмоционального выгорания педагогов** включают следующие компоненты: 1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования от 7 июня 2012 г. № 24480 (Утвержден приказом Минобрнауки России от 17 апреля 2012 г. № 413).

3. Распоряжение Минпросвещения России от 28.12.2020 № Р-193 (ред. от 26.09.2023) «Об утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях» (вместе с «Системой функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации»).

4. Концепция развития психологической службы в системе образования Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Министерством образования и науки Российской Федерации 19.12.2017.

**Описание используемых методик для диагностики уровня эмоционального выгорания**

Своевременное выявление синдрома эмоционального выгорания необходимо потому, что данное явление оказывает негативное влияние не только на жизнедеятельность конкретного педагога, но и на функционирование организации в целом. Чтобы выявить наличие у учителя симптома эмоционального выгорания, мной применен метод наблюдения и использование следующих методик: «Экспресс-оценка выгорания» В. Каппони, Т. Новак. Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон в адаптации Н. Е. Водопьяновой).

Синдром эмоционального выгорания – это реакция человека на рабочие стрессы, включающая в себя психологические, физиологические и поведенческие компоненты.

По методике «Экспресс-оценка выгорания» В. Каппони, Т. Новак можно выявить начальные симптомы синдрома эмоционального выгорания [19]. Анкетирование состоит из 10 вопросов.

Для выявления степень эмоционального выгорания, где нужно отвечать либо «да», либо «нет».

0-1 балл – низкий уровень. Синдром эмоционального выгорания вам не грозит.

2-6 баллов – средний уровень. Вам необходимо взять отпуск, отключиться от рабочих дел.

7-9 баллов – выше среднего. Пришло время решать: либо сменить работу, либо поменять стиль жизни.

10 баллов – критически высокий уровень. Положение весьма серьезное.

С полной диагностикой вы можете ознакомиться на сайте [https://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/Oprosnik\\_Kaponi.pdf](https://new.academy.edu.by/files/documents/VRVUO/Oprosnik_Kaponi.pdf) или в Приложении № 1.

Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон адаптация Н. Е. Водопьяновой).

Данный опросник позволяет определить у вас степень выраженности профессионального выгорания по трем шкалам.

- *Эмоциональное истощение*, которое проявляется в ощущении эмоционального перенапряжения и в чувстве опустошенности, истощенности собственных эмоциональных ресурсов. Человек чувствует, что не может отдаваться работе, как раньше. Возникает ощущение «приглушенности», «притупленности» эмоций, в особо тяжелых случаях возможны эмоциональные срывы.

- *Деперсонализация* представляет собой негативное, бездушное, циничное отношение к клиентам. Контакты становятся обезличенными и формальными. Возникающие негативные установки могут поначалу иметь скрытый характер (сдерживаемое раздражение), но со временем вырваться наружу в виде вспышек гнева или конфликтных ситуаций.

- *Редуцирование персональных достижений* проявляется в виде снижения чувства компетентности в своей работе, уменьшения ценности своей деятельности, негативного самоотношения в профессиональном плане, чувства вины, чувства собственной несостоятельности, безразличия к работе.[19]

Чем больше сумма баллов по каждой шкале в отдельности, тем больше у Вас выражены различные стороны «выгорания»

С полным диагностическим инструментарием вы можете ознакомиться на сайте <https://www.ripkro.ru/upload/parse/rsoko/sistema-metod/614-02pril.pdf> или в Приложении № 1.

### **Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Гарантия прав участников программы Профилактики эмоционального выгорания педагогов «Второе дыхание» обеспечивается через различные способы и механизмы. Вот некоторые из них:

1. Конфиденциальность и безопасность. Участникам программы должна быть гарантирована конфиденциальность и безопасность при обсуждении своих проблем и эмоциональных состояний. Это означает, что информация, раскрытая в рамках программы, должна оставаться анонимной и не передаваться третьим лицам без разрешения участника.

2. Профессиональное руководство и поддержка. Участникам программы должна быть доступна профессиональная помощь в виде консультаций со стороны психолога.

3. Обучение навыкам самоуправления. Участникам программы должны быть предоставлены возможности для развития навыков самоуправления и стрессоустойчивости. Это может включать тренировки по медитации, дыхательным упражнениям, физической активности, психологическим стратегиям для снятия эмоционального напряжения и другие методы управления стрессом.

4. Регулярная саморефлексия и обратная связь. Участникам программы предоставляется возможность регулярной оценки своего эмоционального состояния. Это может быть осуществлено через анкетирование, опросы, индивидуальные беседы или другие формы обратной связи.

5. Создание условий для работы в коллективе. Участникам программы следует обеспечить поддержку и понимание со стороны своих коллег и руководства. А также обеспечить комфортное помещение и необходимое оборудование для реализации занятий.

6. Доступ к ресурсам. Участникам программы должны быть предоставлены доступ к ресурсам и информации, которые могут быть полезны для их самопомощи и развития. Это может быть библиотека со специализированной литературой, онлайн-курсы, вебинары и другие медиа-ресурсы.

Эти способы и механизмы защиты прав участников программы поддерживают их эмоциональное и психологическое благополучие, а также помогают им успешно справляться с эмоциональным выгоранием.

**Гарантия прав участников программы обеспечивается следующими нормативно-правовыми документами:**

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации».

4. Устав МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска», зарегистрированный постановлением главы администрации Курчатовского района города Челябинска № 2092 от 19.07.1995 с изменениями от 25.01.2022 года.

5. Профессиональный стандарт педагога-психолога (психолог в сфере образования) (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г. № 514н).

6. Должностные инструкции педагогов.

**Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы**

Руководитель образовательного учреждения выступает с инициативой о внедрении программы психолого-педагогической профилактики эмоционального выгорания педагогов, в образовательный процесс.

Педагог-психолог организует и проводит работу с педагогами по профилактике эмоционального выгорания по программе психолого-педагогической профилактики эмоционального выгорания педагогов.

Педагог – активный участник в работе.

**Ресурсы, необходимые для реализации программы.**

**Требования к специалистам, реализующим программу.**

Психологу, реализующему данную программу необходимо:

- Иметь высшее психолого-педагогическое образование;

- Иметь навыки работы с группой;
- Иметь навыки проведения индивидуальной и групповой диагностики, уметь анализировать данные, полученные в результате диагностики;
- Иметь навыки психологического консультирования;
- Обладать профессионально важными качествами: открытость, сформированными коммуникативными навыками, эмпатия.

#### **Учебно-методические материалы, необходимые для реализации программы:**

- Психодиагностические методики. Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон адаптация Н. Е. Водопьяновой), «Экспресс-оценка выгорания» В. Каппони, Т. Новак. Стимульный материал, бланки.
- Стимульный материал: метафорические карты (универсальная колода), карточки с описанием стрессовых ситуаций, мультфильм «Одеяло заботы». Буклеты с рекомендациями по профилактике ЭВ.
- Литература по повышению уровня профессиональной компетенции психолога в вопросе стрессов, эмоционального выгорания, коучинга, арт-терапии.

#### **Требования к материально-технической оснащенности организации:**

- Помещение для проведения занятий (класс), стулья на количество участников, круглый стол или несколько парт, пенки или ковер.
- Компьютер, проектор, колонки, доступ к интернету.
- Канцелярия: ручки, карандаши цветные, маркеры, краски, ватман А1 (2-3 листа), бумага А4, фольга, влажные салфетки.

#### **Сроки и этапы реализации программы**

1. Поисково-подготовительный этап – определение проблемы, уровня ее разработанности, перспективность, формулирование цели, задач исследования, разработка планирования работы с педагогами, испытывающими эмоциональное выгорание. Организационные моменты – согласование с администрацией школы, педагогами.

2. Основной этап – проведение психолого-педагогической диагностики, осуществление сбора и фиксации данных; разработка и реализация программы.

3. Контрольно-обобщающий (заключительный) этап – проведение повторной диагностики (после реализации программы), анализ и обобщение результатов исследования, проверка эффективности программы.

Программа рассчитана на 1 год, первый этап программы начинает реализовываться в декабре календарного года и заканчивается в декабре следующего календарного года. Данная модель реализации была выбрана по результатам наблюдения за эмоциональным состоянием педагога и первые признаки выгорания начинаются как раз в этот период, более раннее время актуально в меньшей степени, так как педагоги приступили к своей работе после длительного отпуска – 56 календарных дней, только с сентября.

#### **Ожидаемые результаты реализации программы**

1. Повышение уровня информационно-теоретической компетентности педагогов.

2. Овладение педагогами психотехническими приемами саморегуляции негативных эмоциональных состояний.

3. Повышение самооценки, стрессоустойчивости, работоспособности, снижение уровня тревожности, эмоциональной напряженности, утомления.

4. Снижение уровня конфликтности, агрессивности в педагогическом коллективе.

### **Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Реализация программы проходит в соответствии с планом. Работа с педагогическим коллективом по профилактике эмоционального выгорания можно включить в основной план работы школьного психолога. (см. Таблица 2)

Таблица 2

### **План реализации программы**

<b>№ п\п</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Сроки</b>	<b>Выход</b>
1.	Подготовить диагностический инструментарий	декабрь	бланки
2.	Индивидуальные консультации педагогов по вопросам профессионального выгорания, эмоциональной нестабильности, способы выхода из конфликтных ситуаций, самооценка, способы саморегуляции, способы эмоциональной разгрузки	В течение учебного года	Журнал консультаций
3.	Диагностика уровня ЭВ у педагогов по методике В. Каппони, Т. Новак. Диагностика уровня ЭВ по методике К. Маслач, С. Джонсон, адаптация Н. Е. Водопьяновой	Январь	Аналитическая справка
4.	Семинар для педагогов «Что такое эмоциональное выгорание, способы профилактики. На что обратить внимание, знакомство с результатами диагностики»	Январь	Анализ семинара
5.	Занятие с элементами тренинга «Стресс и его влияние на общее самочувствие учителя и учеников»	Февраль	Журнал групповых работ
6.	Занятие с элементами тренинга «Тайм-менеджмент», как ресурс повышения жизнестойкости педагога»	Апрель	Журнал групповых работ
7.	Занятие с элементами тренинга «Одеяло поддержки, умение давать и принимать конструктивную обратную связь»	Май	Журнал групповых работ
8.	Занятие с элементами тренинга «Конструктивное решение конфликтных ситуаций, работа с эмоциями после конфликта»	Октябрь	Журнал групповых работ
9.	Занятие с элементами тренинга «Позитивное подведение итогов года, планирование достижим целей на новый год с помощью коучинговых и арт-терапевтических техник»	Декабрь	Журнал групповых работ

№ п\п	Вид деятельности	Сроки	Выход
10.	Констатирующий эксперимент: проведение вторичной диагностики уровня эмоционального выгорания	Декабрь	Сравнительный анализ

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Качественные критерии оценки достижения планируемых результатов включают повышение степени включенности педагогов в программу, рост продуктивности профессиональной деятельности педагогов, повышения удовлетворенности педагогов собой и своей деятельностью, оптимизацию самооценки, рост эмоционального комфорта педагогов, повышение сплочения коллектива. Качественные критерии оценки достижения планируемых результатов отслеживаются с помощью наблюдения, обратной связи.

Количественный критерий оценки достижения планируемых результатов предполагает: уменьшение уровня эмоционального выгорания, снижение по шкале эмоционального истощения, понижение по шкале деперсонализация, снижение по шкале «Редукция личных достижений». Количественные критерии отслеживаются по результатам констатирующего эксперимента.

### **Сведения о практической апробации на базе образовательной организации**

Программа Профилактики психологического выгорания педагогов «Второе дыхание» была разработана педагогом-психологом МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска» Н. А. Бородулиной.

Результативность данной программы была подтверждена экспериментально. Первичное диагностическое исследование было проведено в декабре 2022 года, в исследовании приняли участие 40 педагогов МБОУ «СОШ № 89 г. Челябинска», результаты представлены в аннотации. Констатирующий эксперимент подтвердил актуальность программы в образовательном учреждении.

Стаж работы педагогов, принявших участие в эксперименте, составляет:

Больше 30 лет – 13 человек (32,5 % респондентов);

Больше 20 лет – 13 человек (32,5 % респондентов);

До 20 лет – 4 человека (10 % респондентов);

До 15 лет – 4 человека (10 % респондентов);

До 10 лет – 4 человека (10 % респондентов);

До 5 лет – 2 человека (5 % респондентов).

Можно сделать вывод, что большинство педагогов данной организации (65 %) – стажисты.

По завершению формирующего эксперимента, который проходил в течение 2023 года с января по декабрь, был проведен констатирующий эксперимент, результаты которого мы сравнили с данными на конец 2022 года.

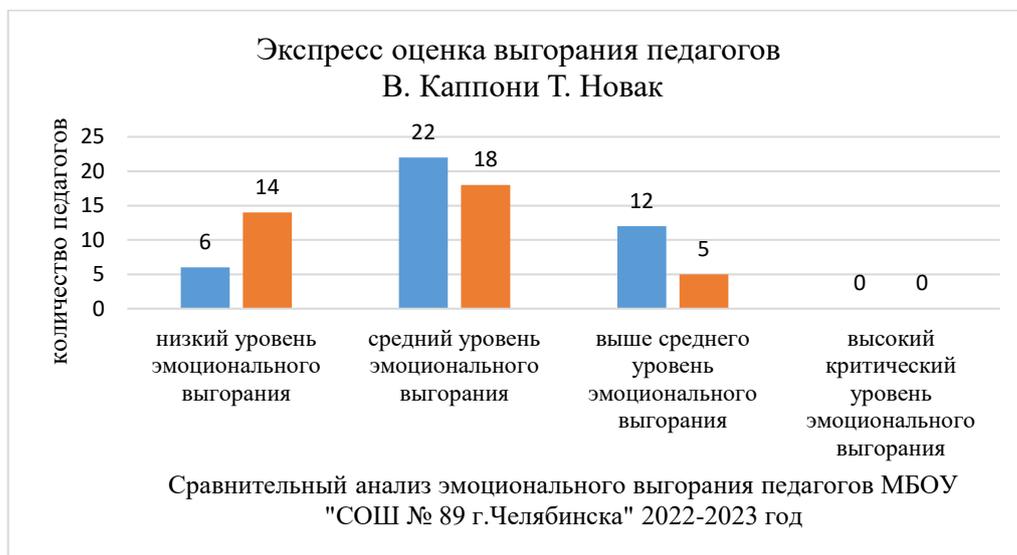


Рис. 5 Сравнительные результаты экспресс-диагностики оценка эмоционального выгорания педагогов (В. Каппони Т. Новак)

Из вышепредставленной диаграммы можно сделать выводы, что количество педагогов с низким уровнем эмоционального выгорания увеличилось с 15 % до 35 % от общего числа респондентов. Средний уровень показали 18 (45 %) человек, что на 4 человека меньше, чем до проведения программы, разница в процентах составляет 10 %. Повышенный уровень эмоционального состояния снизился: был 30 %, стал 12,5 %. Большинство педагогов стали более позитивно относиться к своей работе.

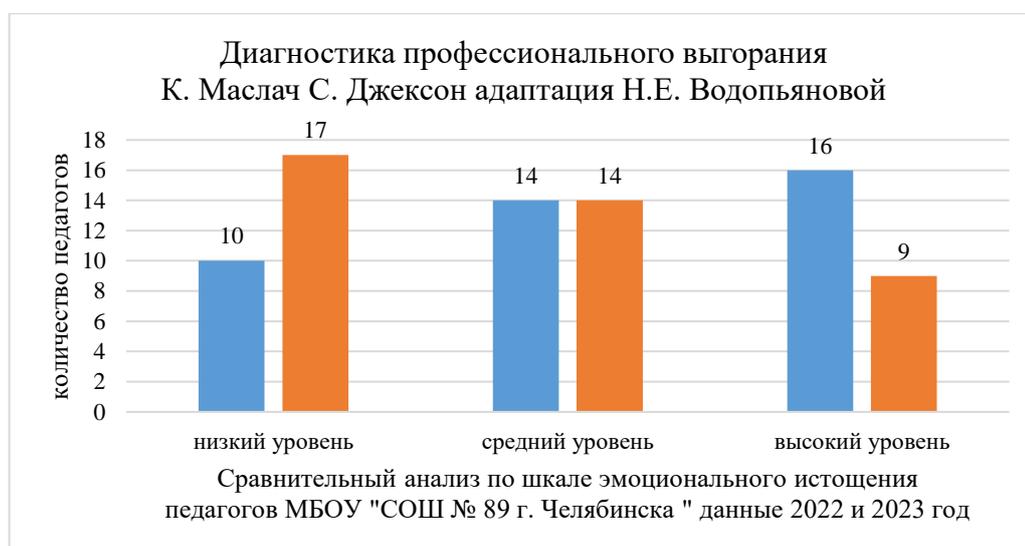


Рис. 6. Сравнительные результаты диагностики «Профессиональное выгорание» К. Маслач С. Джонсон адаптация Н. Е. Водопьянова по шкале «Эмоциональное выгорание».

В сравнительной диаграмме видим, что количество педагогов с низким уровнем эмоционального истощения повысился до 17 (42,5 %) человек, средний уровень остался без изменений, высокий уровень снизился у 7 человек, что показывает положительную динамику.

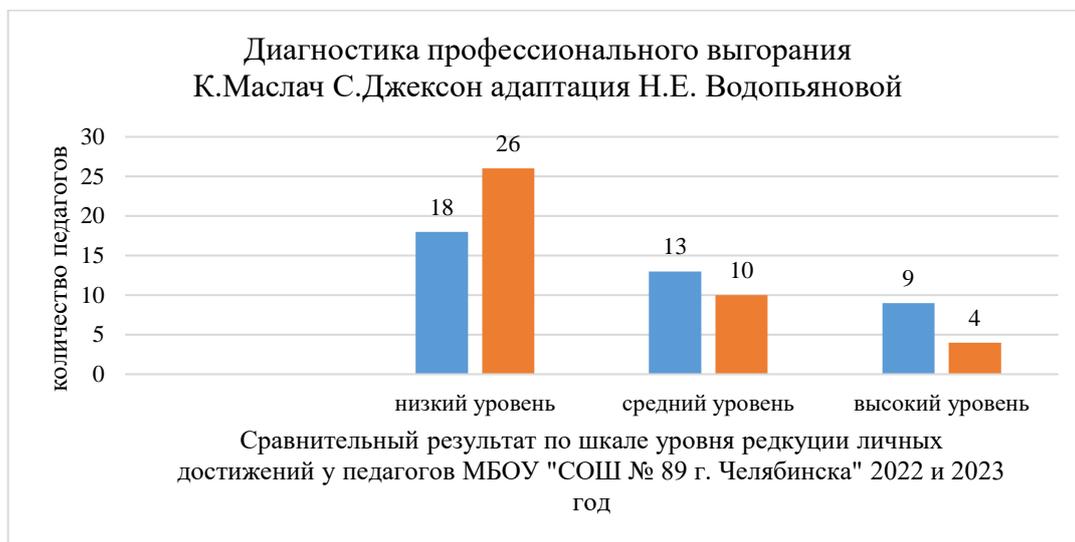


Рис.7. Сравнительные результаты диагностики «Профессиональное выгорание» К. Маслач С. Джонсон Н. Е. Водопьянова по шкале «Деперсонализация»

Уровень деперсонализации также показывает положительную динамику, это можно увидеть по показателям из рисунка 7. Количество педагогов с низким показателем деперсонализации увеличилось на 8 человек (20 %). Средний уровень показали 10 (25 %) человек, это на 3 (7,5 %) меньше, чем в декабре 2022 года. Количество педагогов с высоким уровнем деперсонализации снизилось на 5 (12,5 %) человек.



Рис. 8. Сравнительные результаты диагностики «Профессиональное выгорание» К. Маслач С. Джонсон Н. Е. Водопьянова по шкале «Редукция личных достижений»

Из представленной диаграммы видим следующие результаты: количество педагогов с низким уровнем редукции личностных достижений увеличилось на 20 %, со средним уровнем снизилось на 10 %, с высоким уровнем снизилось на 4 человека (10 %).

Для математико-статистической обработки был использован критерий Т. Вилкоксона. Критерий применяется для сопоставления показателей, измеримых в двух условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном

направлении более интенсивным, чем в другом.

Ограничения в применении критерия Т. Вилкоксона

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях – 5 человек. Максимальное количество испытуемых – 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц. Критические значения Т. Вилкоксона приведены в таблице.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений уменьшается на количество этих нулевых сдвигов. Можно обойти это ограничение, сформировав гипотезы, включающие отсутствие изменений, например: «сдвиг в сторону увеличения значений превышает сдвиг в сторону уменьшения значений и тенденцию сохранения их на прежнем уровне».

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно, ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом – сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Первоначальное значение термина корреляция- взаимная связь. Когда говорят о корреляции, используют термины «корреляционная связь» и «корреляционная зависимость»

Корреляционная связь – это согласованные изменения двух признаков или большего количества признаков. Корреляционная связь отражает тот факт, что изменчивость одного признака находится в некотором соответствии с изменчивостью другого.

Корреляционная зависимость – это изменения, которые вносят значения одного признака в вероятность появления разных значений другого признака.

По форме корреляционная связь может быть прямолинейной или криволинейной. По направлению корреляционная связь может быть положительной (прямой) или отрицательной (обратной). При положительной прямолинейной корреляции более высоким значением одного признака соответствуют более высокие значения другого. При отрицательной корреляции соотношения обратные.

Таблица 3

N	«До»	«После»	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	6	1	-5	5	39.5
2	7	3	-4	4	36.5
3	7	3	-4	4	36.5
4	7	3	-4	4	36.5
5	8	7	-1	1	19
6	9	7	-2	2	28
7	8	7	-1	1	19
8	6	3	-3	3	32.5
9	4	2	-2	2	28
10	6	1	-5	5	39.5
11	6	4	-2	2	28
12	0	0	0	0	06.05
13	0	0	0	0	06.05
14	1	1	0	0	06.05
15	1	1	0	0	06.05
16	0	0	0	0	06.05
17	2	1	-1	1	19
18	1	1	0	0	06.05
19	2	1	-1	1	19
20	2	1	-1	1	19
21	2	1	-1	1	19
22	2	2	0	0	06.05
23	2	2	0	0	06.05
24	2	2	0	0	06.05
25	3	2	-1	1	19
26	5	2	-3	3	32.5
27	4	2	-2	2	28
28	3	2	-1	1	19
29	3	0	-3	3	32.5
30	3	0	-3	3	32.5
31	3	1	-2	2	28
32	3	2	-1	1	19
33	3	3	0	0	06.05
34	3	7	4	4	36.5
35	3	2	-1	1	19
36	2	2	0	0	06.05
37	1	2	1	1	19
38	3	2	-1	1	19
39	3	2	-1	1	19
40	7	7	0	0	06.05

Сумма рангов не типичных сдвигов = 55.5

За нетипичный сдвиг было принято «Увеличение значения»

**Результат:  $T_{\text{эмп}} = 55.5$**

Критические значения T при n=40

n	T <sub>кр</sub>	
	0.01	0.05
40	<b>238</b>	<b>286</b>

Первый шаг в подсчете критерия t-вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после». Мы видим из табл. 3, что 40 полученных разностей – положительные.

Сформулируем гипотезы.

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения уровня эмоционального выгорания превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня эмоционального выгорания не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.



**Полученное эмпирическое значение T<sub>эмп</sub> находится в зоне значимости.**

Полученное эмпирическое значение T<sub>эмп</sub> находится в зоне значимости.

Анализ «оси значимости» показывает, что полученная величина T<sub>эмп</sub> попадает в зону значимости. Можно утверждать, следовательно, что зафиксированные в эксперименте изменения неслучайны и значимы на 1 % уровне.

Принята гипотеза H<sub>0</sub>, о наличии различий, а гипотеза H<sub>1</sub> отклонена.

Таким образом, мы получили подтверждение того, что уровень эмоционального выгорания педагогов изменился за счет того, что была проведена программа профилактики эмоционального выгорания педагогов «Второе дыхание».

### Список литературы

1. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М.: Филит. 1996.
2. Бабинцева, Л. Н. Развитие социально-психологической компетентности как ресурс профилактики «эмоционального выгорания» у педагогов / Л. Н. Бабинцева // Педагогический ИМИДЖ: конф. - Иркутск, 2017. – С.118 – 125.
3. Водопьянова Н. Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда / Н. Е. Водопьянова // Автореф. дис. канд. психол. наук д.п.н. – Санкт-Петербург, 2014 – 49 с.
4. Гордеева М. А. Эмоциональное выгорание государственных служащих в моно и поликультурных трудовых коллективах: исследовательские задачи /

М. А. Гордеева, В. В. Константинов / Наука и бизнес: пути развития. 2014. № 4 (34). – С. 11 – 13.

5. Копытин, А. И. Техники телесно-ориентированной арт-терапии [Текст] / А. И. Копытин, Корт Б. – М.: Психотерапия, 2011 – 128 с.

6. Крылов, А. А. Психология: учебник / А. А. Крылов. – 2-е изд. – М.: Проспект, 2005. – 496 с.

7. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.

8. Литке, С. Г. Я себя для себя открываю: Курс развития психологической компетентности: программа и метод. рекомендации / С. Г. Литке. – Челябинск, 2010.

9. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб.: Изд-во «Сентябрь», 2011. – 260 с.

10. Осипова, А. А. Общая психокоррекция: учебное пособие / А. А. Осипова – М.: Сфера, 2010. – 510 с.

11. Орел, В. Е. Синдром психического выгорания: мифы и реальность / В. Е. Орел – Харьков: Гуманитарный центр, 2014. – 294 с.

12. Малкина-Пых, И. Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 992 с.

13. Организация профилактики профессионального выгорания педагога: методические рекомендации / сост.: И. В. Комякова, Н. Н. Гееб, Л. Е. Турова, Н. И. Приходько – под общ. ред. Т. Б. Игониной. – Кемерово: Изд-во КРИП-КиПРО, 2015 – 99 с.

14. Психология. Словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского; 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – С. 375.; Погосова Н. М. Цветовой игротренинг. – СПб.: Речь, 2007. – 152 с.

15. Петрушин, В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высшего учебного заведения / В. И. Петрушин – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 176 с.

16. Санкович, Н. А. Методичка по арт-терапии / Н. А. Санкович. – [Электронный ресурс] / URL: <http://www.twirpx.com/fail/288582/>. – Загл. с экрана. – Дата обращения: 06.10.13.

17. Суханова, С. Радуга снаружи, радуга внутри. Техники интуитивного рисования в арт-подходе, 118 с. – [Электронный ресурс] – в закрытом доступе.

18. Тарарина, Е. Шкатулка мастера. Практикум по арт-терапии. (Библиотека Арт-терапевта) / Е. Тарарина. – М.: ООО «Вариант» при участии ИП Шиманского А.Г., 2017. – 208 с.

19. Уханова, А. Использование арт-терапевтической технологии «Архетипический арт-конструктор» в психолого-педагогическом сопровождении участников образовательного процесса [Текст] / А. Уханова // Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии. – 2018. – №4. – С.28– 32.

20. Фетискин, Н. П. Диагностика профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой) [Текст] / Н. П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: 2012. – 362 с.

21. Форманюк, Т. В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. – 2004. – № 15. – С. 18– 21.

**РАЗДЕЛ 5.**  
**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ, КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЕ,**  
**РАЗВИВАЮЩИЕ, ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ**  
**ПРОГРАММЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОШКОЛЬНЫХ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ (В ТОМ ЧИСЛЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ**  
**С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ), ИХ РОДИТЕЛЕЙ**  
**(ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) И ПЕДАГОГОВ**

**Развивающая психолого-педагогическая программа**  
**для детей 4-5 лет «Любознайки»**

*Летягина Е. Н.,*  
*педагог-психолог*  
*МБДОУ «ДС № 251 г. Челябинска»*

Развивающая психолого-педагогическая программа «Любознайки» (играем и развиваемся с игровым набором «Дары Фребеля») направлена на полноценное всестороннее развитие ребёнка, и обеспечение возможности для реализации игровой, познавательной, исследовательской и конструктивной творческой активности детей дошкольного возраста в образовательной организации.

Программа рекомендована для использования педагогами дошкольных образовательных учреждений, специалистами дополнительного образования педагогами-психологами дошкольных образовательных учреждений для коррекции полноценного и всестороннего развития ребёнка.

**1. Вид программы:** развивающая психолого-педагогическая программа «Любознайки» направлена на познавательное развитие детей 4-5 лет.

## **2. Аннотация**

На современном этапе модернизации дошкольного образования проблеме познавательного развития детей дошкольного возраста уделяется большое внимание. Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ФГОС ДО) «Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности».

Актуальность проблемы развития познавательного интереса определяется поиском новых педагогических средств в организации образовательного процесса в ДОУ.

Во многих исследованиях развитие познавательного интереса связано с построением себя как личности в процессе деятельности (Р. Р. Ветчинкина, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинский, С. Л. Рубинштейн, Г. А. Цукерман, И. С. Якиманская и др.).

Исследования в области дошкольного образования, показали, что формирование познавательного интереса у детей дошкольного возраста возможно посредством современных образовательных технологий.

Чтобы создать благоприятные условия для развития познавательных способностей у детей 4 – 5 лет от педагога-психолога требуется осмысление, определение содержания, форм, методов и подготовка к дидактической деятельности, направленной на реализацию данного направления [11]. Так же, для того чтобы выстроить эффективный развивающий процесс, современный педагог-психолог должен ориентироваться в изменениях, происходящих в окружающем пространстве, как в реальном, так и в цифровом. Современные реалии вносят свои коррективы в образовательное пространство, расширяя их за счет новых технологий. Все это отражается на формировании личности современного дошкольника и находит отражение в работе современного педагога-психолога.

Исходя из возрастных особенностей наших воспитанников, особое внимание уделяется игровым технологиям, одной из которых является применение набора «Дары Фребеля» состоящий из 14 модулей [2]. Каждый из модулей направлен на освоение детьми новых понятий, нахождение закономерностей, ориентации детей в пространстве и во времени, исследование свойств предметов. Используя свой сенсорный опыт, дети учатся выделять и различать признаки предметов, сравнивать и упорядочивать их по величине, числу, форме, длине, массе.

Учитывая современные тенденции, мы разработали развивающую психолого-педагогическую программу «Любознайки», которая направлена на полноценное всестороннее развитие ребёнка, и обеспечение возможности для реализации игровой, познавательной, конструктивной, исследовательской и творческой активности детей дошкольного возраста в образовательной организации.

Своевременная психолого-педагогическая работа обеспечит ребёнку эмоционально-положительным отношением к познанию, готовность к выбору содержания и вида деятельности, стремление к самостоятельному поиску решения познавательных задач, любознательности к окружающему миру, накоплению индивидуального опыта познавательной деятельности.

При реализации программы осуществляется эмоциональное единение взрослого с ребёнком, что придаёт занятиям одухотворенность. Созданы условия для положительных эмоциональных реакций от умственных усилий в процессе перехода ребёнка от присущего всем детям любопытства к любознательности и дальнейшему её преобразованию в познавательную потребность. Ключевым фактором является положительный пример взрослого, его искренняя заинтересованность в деятельности ребёнка и организация стимулирующего пространства, соответствующих игр для освоения различных знаний об окружающем мире [6].

В содержательном аспекте программа включает занятия, разработанные на основе методического пособия к рабочей тетради для детей 4–5 лет «Играем и развиваемся с игровым набором Дары Фребеля», что способствуют положительной динамике развития детей дошкольного возраста в разных видах деятельности. Работа с набором создает условия для организации как совместной

деятельности взрослого и детей, так и самостоятельной игровой, продуктивной, конструктивной и познавательной-исследовательской деятельности детей.

Программа разработана в соответствии с принципом реализации ведущей игровой деятельности в дошкольном возрасте и личностно-ориентированного подхода в развитии и воспитании ребенка.

Программа апробирована в течение одного года, ее эффективность подтверждена результатами психологической диагностики обучающихся и обоснована положительной динамикой познавательного развития детей 4-5 лет [8]. Учитывались условия организации образовательной деятельности с детьми, их индивидуальные особенности, интересы. Детей, прошедших курс программы, отличает любознательность, инициативность, творческая активность, коммуникабельность, уверенность в своих силах.

Программа рекомендована для использования педагогами дошкольных образовательных учреждений, специалистами дополнительного образования педагогами-психологами дошкольных образовательных учреждений для коррекции полноценного и всестороннего развития ребёнка.

### **3. Цель и задачи Программы**

**Цель программы:** всестороннее развитие ребёнка через реализацию игровой, познавательной, исследовательской и конструктивной творческой активности детей дошкольного возраста с использованием игрового набора «Дары Фребеля».

**Задачи программы:**

- формировать познавательный интерес и коммуникативные компетенции у детей дошкольного возраста;
- развивать пространственное и логическое мышление, сенсорное восприятие, зрительно-моторную координацию, технические и конструктивные умения;
- способствовать развитию творческих способностей детей дошкольного возраста;
- формировать благоприятный психологический климат группы;
- воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми [9].

### **4. Описание участников программы**

Участники программы: дети дошкольного возраста 4–5 лет.

Изучение и анализ психолого-физиологической и педагогической литературы, позволили определить 4 основных направления познавательной активности детей 4–5 лет:

- знакомство с предметами, явлениями, событиями, находящимися за пределами непосредственного восприятия и опыта детей;
- установление связей и зависимостей между предметами, явлениями и событиями, приводящих к появлению в сознании ребенка целостной системы представлений;
- удовлетворение первых проявлений избирательных интересов детей;
- формирование положительного отношения к окружающему миру [3].

## 5. Научно-методические и нормативно-правовые основания программы

Развивающая психолого-педагогическая программа «ЛЮБОЗНАЙКИ» разработана в соответствии с введением в действие ФГОС ДО и реализуется нормативными документами [11]:

1. Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242).

5. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09).

6. Рабочая программа «Развивайка» разработана на основе парциальной образовательной программы дошкольного образования «От Фребеля до робота: растим будущих инженеров», Т. В. Воловец, Ю. В. Карпова, Т. В. Тимофеева, Самара, 2018 г.

## 6. Структура и содержание программы

Данная программа предназначена для групповой работы с воспитанниками 4–5 лет.

Содержание программы прописано в учебно-тематическом плане (таблица 1).

Таблица 1

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема и цель	Содержание
<b>1 блок – диагностический вводный</b>		
1	<i>Вводная диагностика</i> Психолого-педагогическая диагностика уровня познавательного развития детей дошкольного возраста 4–5 лет Е. А. Стребелева и др.	Приложение 1
<b>2 блок - календарно-тематическое планирование</b>		
2	«До свидания, лето»	Упр. «Давайте познакомимся».

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	<p>Закрепить полученные впечатления о лете. Вызвать у детей радость от возвращения в детский сад. Продолжать знакомство с детским садом как ближайшим социальным окружением ребенка. Создать комфортную обстановку и доброжелательное отношение друг к другу</p>	<p>Игра «Почта, или передай привет». Упр. «Мое имя». <i>Игра «Рыбалка».</i> Выполни по образцу. Рыбака и лодку построй из цветных геометрических фигур. <i>Игра «Как весело в детском саду»</i> Выполни по образцу. Дом и мяч построй из цветных геометрических фигур. Гимнастика для глаз. «Солнышко, тучка и дождик». Упр. для профилактики сколиоза «Игра в мяч»</p>
3	<p><b>«Мой дом»</b> Систематизировать знания детей о родном городе. Развивать психические процессы: мышление, памяти, внимания Знакомить с методами саморегуляции</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся». Игра «Почта, или передай привет». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Построй дом»</i> Выполни по образцу. Дом, шарики и солнце построй из цветных геометрических фигур. <i>Игра «Украсим город флажками»</i> Построй гирлянду из флажков, соблюдая заданную последовательность. Гимнастика для глаз. Рисуем глазами солнышко, тучку, дождик.</p>
4	<p><b>«Фрукты»</b> Систематизировать знания детей об овощах, фруктах, ягодах. Развивать психические процессы: мышление, памяти, внимания Знакомить с методами саморегуляции</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся». Игра «Почта, или передай привет». Упр. «Градусник настроения». Разминка: Вопросы на осведомлённость «Осень». <i>Игра «Соберём фрукты»</i> Выполни по образцу, выбрав соответствующий цвет геометрических фигур. <i>Игра «Помоги зайчику, собрать овощи!»</i> Выполни по образцу, выбрав верный цвет геометрических фигур. Гимнастика для глаз. Рисуем глазами солнышко, тучку, дождик</p>
5	<p><b>«Краски осени»</b> Систематизировать и обогащать у детей представлений о деревьях. Развивать у детей интереса к самостоятельному решению познавательных и творческих задач.</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет соседу». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Листопад»</i> Выполни по образцу, выбрав соответствующий цвет геометрических фигур. <i>Игра «Собери грибочки»</i> Построй грибы для ёжика.</p>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	Учить здороваться жестами, выражать свои чувства	Упр. для профилактики сколиоза «Травинка». Гимнастика для глаз. «Пружинка». Игра «Угадай, у кого мяч»
6	<p><b>«Животный мир»</b> Учить детей выделять в предметах и объектах окружающего мира положительные и отрицательные стороны. Систематизировать и обогащать у детей представления о домашних животных и птицах, об условиях их обитания и внешнем виде. Развивать у детей интерес к самостоятельному решению познавательных и творческих задач. Развивать внимательность, эмпатию, умение чувствовать настроение другого. Снять эмоциональное напряжение Продолжить устанавливать контакт</p>	<p>Упр. «Передай привет другу». Упр. «Градусник настроения». Упр. «Как ты себя чувствуешь». <i>Игра «Собери сам»</i> Выполни по образцу. Одежду для мальчика построй из цветных геометрических фигур. <i>Игра «Помоги коту!»</i> Лиса живет в лесу. Кот живет где? Построй кота (по образцу) и дом для него. Упр. для профилактики сколиоза «Винтик». Гимнастика для глаз. «Рисуем глазами квадраты</p>
7	<p><b>«Я – человек. Профессии»</b> Развивать внимание, воображение. Создать комфортную обстановку и доброжелательное отношение друг к другу. Продолжать учить устанавливать контакт</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Помоги клоуну!»</i> Построй клоуна по образцу и разноцветные шары для него. <i>Игра «Построй корабль, моряку!»</i> Построй картину по образцу. Корабль выполни из геометрических фигур, используя красный и зеленый цвет. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. для профилактики сколиоза «Травинка» Игра на внимание «Угадай, кто поменялся местами»</p>
8	<p><b>«Народная культура и традиции»</b> Расширять представления детей о родной стране. Учить рассуждать. Формировать умения выявлять функции объекта.</p>	<p>Приветствие». Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу». Упр. «Градусник настроения». Упр. «Я люблю тебя за то» <i>Игра «Наряди матрешку»</i></p>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	Развивать мышление и творческое воображение. Учить методам саморегуляции.	Укрась наряд матрешки, повторив узор спереди и сзади. <i>Игра «Собери балалайку»</i> Из предложенных геометрических фигур, построй балалайку. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. «Послушай тишину». Динамическая гимнастика
9	<b>«Наш быт. Мебель. Посуда»</b> Расширять кругозор. Формировать умения выявлять характер логических связей и отношений между ними. Развивать воображение и восприятие. Продолжать сплачивать группу и воспитывать желание помочь другу	«Приветствие». Игра «Почта, или передай привет». <i>Игра «Мастерим стул для Мишутки»</i> Вспомни сказку «Три медведя». Построй стулья разного размера для медведей. <i>Игра «Укрась чашку и блюдце»</i> Укрась чайную пару из одного сервиза. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. «Послушай тишину». Динамическая гимнастика
10	<b>«Дружба»</b> Учить рассуждать. Формировать умения выявлять функции объекта. Развивать мышление и творческое воображение. Учить методам саморегуляции.	«Приветствие». Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Я хочу с тобой дружить»</i> Построй картину по образцу. Одежда детей должна быть такого же цвета, как головные уборы. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. «Послушай тишину». Упр. «Гора дружбы».
11	<b>«Транспорт»</b> Систематизировать и обогащать у детей представлений о транспорте. Развивать у детей интереса к самостоятельному решению познавательных и творческих задач. Учить здороваться жестами, выражать свои чувства	«Приветствие» Игра «Почта, или передай привет». Разминка с мячом, вопросы на осведомленность «Транспорт». <i>Игра «Построй сам»</i> Построй транспорт по образцу. Самолет должен быть не синий, а машина – не зеленая. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. «Послушай тишину». Динамическая гимнастика
12	<b>«Здоровей-ка»</b> Развивать внимание, воображение.	Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу». Упр. «Градусник настроения».



№ п/п	Тема и цель	Содержание
15	<p><b>«Город мастеров»</b>            Развивать внимание, воображение. Создать комфортную обстановку и доброжелательное отношение друг к другу. Продолжать учить устанавливать контакт.</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу».            Упр. «Градусник настроения».  <i>Игра «Повтори узор»</i>            Повтори узор на пустом чайнике, изменив цвет фигур.            Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».            Упр. для профилактики сколиоза «Травинка»            Игра на внимание «Угадай, кто поменялся местами».</p>
16	<p><b>«Новогодний калейдоскоп»</b>            Развитие внимания мышления, речи, гибкость ума, воображения, знакомят со свойствами предметов, окружающим миром. Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе.</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся и пожелаем друг другу хорошего настроения». Дети выбирают любую форму приветствия.            Игра «Почта, или передай привет».            Разминка. «Моё желание – моё пожелание».  <i>Игра «Украсть елочку»</i>            Построй картину по образцу. Ёлочку укрась самостоятельно.  <i>Игра «Повтори»</i>            Построй картину по образцу. Стена, крыша и окно дома должны отличаться по цвету.            Гимнастика для глаз.            Упр. на внимание «Что изменилось»</p>
17	<p><b>«В гостях у сказки»</b>            Развитие мыслительных операций: мышления, памяти, внимания. Систематизировать знания детей о сказках. Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе.</p>	<p>«Приветствие»            Игра «Почта, или передай привет».            Разминка с мячом «Чем похожи, чем отличаются» (Герои из сказок).  <i>Игра «Помогите поросётам построить дома»</i>            Вспомните сказку «Три поросёнка» и постройте для поросят дома.            Гимнастика для глаз и осанки.</p>
18	<p><b>«Этикет»</b>            Расширять кругозор. Формировать умения выявлять характер логических связей и отношений между ними. Развивать воображение и восприятие. Продолжать сплачивать группу и воспитывать желание помочь другу.</p>	<p>«Приветствие».            Игра «Почта, или передай привет».  <i>Игра «Чего не хватает?»</i>            Построй картину по образцу, дополняя ее недостающими элементами. Одежда мальчика должна быть нарядной.            Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».            Упр. «Послушай тишину»</p>
19	<p><b>«Моя семья»</b>            Систематизировать и обогащать</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет соседу».</p>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	у детей представлений о деревьях. Развивать у детей интереса к самостоятельному решению познавательных и творческих задач. Учить здороваться жестами, выражать свои чувства.	Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Собери флажки»</i> Построй флажки для каждого члена семьи. <i>Игра «Чего не хватает?»</i> Построй картину по образцу, дополняя ее недостающими элементами. Цвет одежды выбери самостоятельно. Упр. для профилактики сколиоза «Травинка». Гимнастика для глаз. «Пружинка». <i>Игра «Угадай, у кого мяч»</i>
20	<b>«Азбука безопасности»</b> Развивать восприятие, соотнесение форм предметов с заданными образцами. Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе	«Приветствие» <i>Игра «Почта, или передай привет».</i> <i>Игра «На что похоже».</i> <i>Игра «Светофор»</i> Построй картину по образцу. Цвета светофора должны располагаться в правильной последовательности. Цвет машины выбери самостоятельно. Гимнастика для глаз
21	<b>«Наши Защитники»</b> Закреплять математические знания и умения. Развивать мыслительные процессы: память, внимание, ассоциативное мышление. Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе	«Приветствие» <i>Игра «Почта, или передай привет».</i> «Градусник настроения» «Делаем комплимент соседу» <i>Игра «Собери сам»</i> Построй картину по образцу. Подумай, какой цвет подойдет для формы солдат и для военной техники. Гимнастика для глаз и осанки
22	<b>«Маленькие исследователи»</b> Развитие внимания мышления, речи, гибкость ума, воображения, знакомят со свойствами предметов, окружающим миром. Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе	Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет соседу». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Найди клад»</i> Построй картину по образцу. Придумай и построй клад, который откопали. <i>Игра «Я-исследователь»</i> Что увидел мальчик в лупу? Придумай и построй этот объект. Упр. для профилактики сколиоза «Травинка». Гимнастика для глаз. «Пружинка». <i>Игра «Угадай, у кого мяч»</i>
23	<b>«Женский день»</b> Учить применять для упрощения восприятия логических связей между предметами, понятиями и явлениями.	«Приветствие» <i>Игра «Почта, или передай привет».</i> Разминка с мячом «Хорошо-плохо». <i>Игра «Букет для мамы»</i>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	<p>Закрепление математических знаний и умений.</p> <p>Развивать память, внимание и воображение.</p> <p>Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе</p>	<p>Построй картину по образцу, используя любимые цвета твоей мамы.</p> <p><i>Игра «Подарок»</i></p> <p>Построй картину по образцу. Дополни ее по своему усмотрению.</p> <p>Гимнастика для глаз и осанки</p>
24	<p><b>«Миром правит доброта»</b></p> <p>Развивать пространственное мышление, воображение и интуицию.</p> <p>Развивать у детей интерес к самостоятельному решению поставленных задач.</p> <p>Развивать уважение в общении, привычку пользоваться вежливыми словами</p>	<p>«Приветствие»</p> <p>Игра «Почта, или передай привет».</p> <p>«Вежливые слова».</p> <p><i>Игра «Дружба»</i></p> <p>Построй картину по образцу. Наряд детей должен быть ярким.</p> <p><i>Игра «Повтори узор»</i></p> <p>Построй картину по образцу.</p> <p>Гимнастика для глаз и осанки.</p>
25	<p><b>«Быть здоровым мы хотим»</b></p> <p>Развивать у детей интерес к самостоятельному решению познавательных и творческих задач.</p> <p>Развивать внимательность, эмпатию, умение чувствовать настроение другого.</p> <p>Снять эмоциональное напряжение.</p>	<p>Упр. «Градусник настроения».</p> <p>Упр. «Как ты себя чувствуешь».</p> <p><i>Игра «Сделай сам»</i></p> <p>Построй картину по образцу. В одежде мальчиков не должно быть черного и зеленого цвета. В одежде девочек не должно быть черного и синего цвета.</p> <p>Упр. для профилактики сколиоза «Винтик».</p> <p>Гимнастика для глаз. «Рисуем глазами квадраты»</p>
26	<p><b>«Весна шагает по планете»</b></p> <p>Развивать внимание, воображение.</p> <p>Создать комфортную обстановку и доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу».</p> <p>Упр. «Градусник настроения».</p> <p><i>Игра «Кораблики»</i></p> <p>Построй кораблик по образцу, используя белый и синий цвет.</p> <p>Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».</p> <p>Упр. для профилактики сколиоза «Травинка»</p> <p>Игра на внимание «Угадай, кто поменялся местами».</p>
27	<p><b>«Цирк»</b></p> <p>Расширять кругозор.</p> <p>Формировать умения выявлять характер логических связей и отношений между ними.</p> <p>Развивать воображение и восприятие.</p>	<p>«Приветствие».</p> <p>Игра «Почта, или передай привет».</p> <p><i>Игра «Построй по образцу»</i></p> <p>Построй клоуна по образцу, используя предложенные геометрические фигуры.</p> <p>Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».</p> <p>Упр. «Послушай тишину».</p> <p>Динамическая гимнастика</p>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
	Продолжать спланировать группу и воспитывать желание помочь другу	
28	<p><b>«Встречаем птиц»</b>            Развитие внимания мышления, речи, гибкость ума, воображения, знакомят со свойствами предметов, окружающим миром.            Продолжать создавать доброжелательную атмосферу в группе.</p>	<p>«Приветствие»            Игра «Почта, или передай привет».            «Градусник настроения»            «Делаем комплимент соседу»            Разминка «Учимся рассуждать о птицах и животных весной».  <i>Игра «Построй по образцу»</i>            Построй картину по образцу. Дополни ее по своему усмотрению.            Гимнастика для глаз и осанки</p>
29	<p><b>«Космос»</b>            Развивать у детей интерес к самостоятельному решению поставленных задач.            Развивать логическое мышление при решении интеллектуальных упражнений по содержанию.            Развитие памяти и внимания.            Повышать самооценку</p>	<p>«Приветствие»            Игра «Почта, или передай привет».            Разминка с мячом «Да и нет не говори и цвета не называй».  <i>Игра «Построй ракету»</i>            Построй картину по образцу. Цвет ракеты должен отличаться от цвета одежды космонавта.  <i>Игра «Построй по образцу»</i>            Построй картину по образцу. Цвет ракеты должен отличаться от цвета одежды космонавта. Не используй черный цвет</p>
30	<p><b>«Волшебница вода»</b>            Учить рассуждать.            Формировать умения выявлять функции объекта.            Развивать мышление и творческое воображение</p>	<p>«Приветствие».            Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу».            Упр. «Градусник настроения».  <i>Игра «Волшебная водичка»</i>            Построй картину по образцу. Дополни ее по своему усмотрению.            Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».            Упр. «Послушай тишину».            Упр. «Гора дружбы».</p>
31	<p><b>«Праздник весны и труда»</b>            Развивать внимание, воображение. Создать комфортную обстановку и доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет другу».            Упр. «Градусник настроения».  <i>Игра «Помощники»</i>            Построй картину по образцу. В одежде мальчика не должно быть желтого и зеленого цвета. В одежде девочек не должно быть черного и красного цвета.            Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик».</p>

№ п/п	Тема и цель	Содержание
		Упр. для профилактики сколиоза «Травинка» Игра на внимание «Угадай, кто поменялся местами»
32	<p><b>«День Победы»</b> Систематизировать и обогащать у детей представлений о празднике «День Победы». Развивать у детей интереса к самостоятельному решению познавательных и творческих задач.</p>	<p>«Приветствие» Игра «Почта, или передай привет». <i>Игра «Победа!»</i> Построй картину по образцу. Дополни ее по своему усмотрению. Одежда детей не должна быть черной. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами солнышко, тучку и дождик». Упр. «Послушай тишину». Динамическая гимнастика</p>
33	<p><b>«Мир природы»</b> Развивать скорость мыслительных процессов, внимания. Учить узнавать объект по описанию возможных действий с ними. Развивать речь, мыслительные процессы. Продолжать сплачивать группу и воспитывать желание помочь другу.</p>	<p>«Приветствие» Игра «Почта, или передай привет». Разминка с мячом «Вопросы по временам года» <i>Игра «Лето»</i> Построй картину по образцу. Дополни ее по своему усмотрению. Цвет выбери самостоятельно. Упр. для профилактики сколиоза «Винтик». Гимнастика для глаз. «Рисуем глазами квадраты</p>
34	<p><b>«Вот какие мы стали большие»</b> Развивать пространственное мышление, воображение и интуицию. Развивать у детей интерес к самостоятельному решению поставленных задач</p>	<p>Упр. «Давайте поздороваемся» или «Передай привет соседу». Упр. «Градусник настроения». <i>Игра «Найди ошибку»</i> Построй картину по образцу. Найди ошибку в последовательном расположении флажков и вагонов, исправь ее и продолжи ряд. Упр. для профилактики сколиоза «Травинка». Гимнастика для глаз. «Пружинка». Игра «Угадай, у кого мяч»</p>
35	<b>3 блок – диагностический итоговый</b>	
	<p><i>Итоговая диагностика</i> Психолого-педагогическая диагностика уровня познавательного развития детей дошкольного возраста 4-5 лет Е. А. Стребелева и др.</p>	<p>Приложение 1</p>

Календарно-тематический план разработан на основе методического пособия к рабочей тетради для детей 4 – 5 лет «Играем и развиваемся с игровым набором «Дары Фребеля» (Приложение 2).

Оптимальная наполняемость групп составляет 8-10 человек, что обеспечивает эффективность занятий и дифференцированный подход к каждому ребенку. Программа ориентирована на групповую форму работы, но, учитывая индивидуальность каждого ребенка, при необходимости может дублироваться индивидуальными занятиями.

Занятия имеют определенную структуру, которая включает вводную, основную и заключительную части.

### **I. Вводная часть**

**Задача вводной части** направлена на тренировку элементарных мыслительных операций, на активизацию мыслительной деятельности, на создание у воспитанников определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно.

– «Приветствие: волшебный клубочек» – игра в кругу. Дети передают друг другу клубочек по цепочке со словами «Я хочу передать привет»,

– «Разминка» вводной части занимает 2-3 минут, в течение которых в быстром темпе дети отвечают на достаточно легкие вопросы, которые способны вызвать интерес, и рассчитаны на сообразительность: например, игры-загадки, «Найди тень». Обязательно используется волшебный клубок, который передается по кругу для соблюдения правил и снятия напряжения.

– Игры на развитие коммуникативных навыков.

### **II. Основная часть**

**Задача основной части** – развитие игровой, познавательной, исследовательской и творческой активности детей дошкольного возраста с использованием игрового набора «Дары Фребеля» (10 минут).

Основная часть занятия включает:

- коммуникативные развивающие игры;
- выполнение заданий в рабочей тетради для детей 4-5 лет «Играем и развиваемся с игровым набором «Дары Фребеля» (Приложение 2).
- упражнения на развитие внимания «Найди отличия», «Один лишний», и т.д.;
- решение логических задач;
- физкультминутка, упражнения для профилактики сколиоза.

### **III. Заключительная часть**

**Задача заключительной части** занятия состоит в подведении итогов рефлексии. Включает:

- карточки-смайлики для обсуждения прошедшей деятельности;
- прощание – упражнение «Обнималки»;
- Продолжительность заключительной части – 2-3 минуты.

## **7. Описание используемых методик, технологий, инструментария**

При реализации программы используется следующий учебно-методический комплекс:

Дидактические материалы:

Игровой набор «Дары Фребеля». В составе набора 14 модулей:

- Модуль 1 «Шерстяные мячики».
- Модуль 2 «Основные тела».
- Модуль 3 «Куб из кубиков».
- Модуль 4 «Куб из брусков».
- Модуль 5 «Кубики и призмы».
- Модуль 6 «Кубики, столбики, кирпичики».
- Модуль 7 «Цветные фигуры».
- Модуль 8 «Палочки».
- Модуль 9 «Кольца и полукольца».
- Модуль 10 «Фишки».
- Модуль 11 (J1) «Цветные тела».
- Модуль 12 (J2) «Мозаика. Шнуровка».
- Модуль 13 (5B) «Башенки».
- Модуль 14 (5P) «Арки и цифры».

Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля» состоит из 6 книг (5 книг с комплектами карточек-игр, всего 80 карточек):

1. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в дошкольном образовании в соответствии с ФГОС ДО» (вводная методическая брошюра);

2. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Физическое развитие»; и 15 шт. карточек-игр.

3. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Познавательное развитие»; и 19 шт. карточек-игр.

4. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Речевое развитие»; и 12 шт. карточек-игр.

5. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»; и 16 шт. карточек-игр.

6. Книга «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»; и 18 шт. карточек-игр.

## **8. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Гарантия прав участников программы обеспечивается обязанностью педагога-психолога знать и соблюдать права участников программы, которые предусмотрены:

- Конституцией РФ;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Этическим кодексом практического психолога;
- СанПиНом 2.4.13049-13;
- Федеральными, региональными и муниципальными законодательными актами;
- Уставом и локальными актами МБДОУ «ДС № 251 г. Челябинска».

## **9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей, педагогов)**

### **Основные обязанности участников программы:**

Образовательное учреждение:

- обеспечивает условия для проведения занятий в соответствии с нормативами.

Педагог-психолог:

- организует и сохраняет положительный характер обратной связи «Психолог – родитель», «Психолог – ребенок»;
- создает в течение занятия спокойную эмоциональную атмосферу, благоприятные условия для интеллектуального и познавательного развития, усвоения норм поведения в группе;
- соблюдает должностную инструкцию.

Воспитатели:

- обеспечивают посещаемость занятий, соблюдение расписания занятий;
- выполняют рекомендации, полученные от педагога-психолога. Родители:
- дают согласие на посещение занятий;
- выполняют рекомендации, полученные от педагога-психолога.

Права участников программы обеспечиваются законодательно-нормативной базой Российской Федерации, Конвенцией по правам ребенка, Уставом образовательной организации, локальными актами, приказами и должностной инструкцией педагогов- психологов. Педагог-психолог имеет право повышать профессиональную компетентность по вопросам оказания психологической помощи воспитанникам; вносить изменения в содержание программы с учетом индивидуальных особенностей детей. Обучающиеся имеют право на уважение человеческого достоинства, охрану и укрепление психологического здоровья.

Родители имеют право получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам их детей, связанных с компетенцией специалиста [11].

## **10. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы**

Требования к педагогу - психологу, реализующему Программу.

Обязанности педагога - психолога (исходя из проф. стандарта):

1. Должен уметь проводить развивающие занятия с обучающимися и оценивать эффективность данной работы в соответствии с выделенными критериями.
2. Должен знать:
  - современные теории, направления и практики развивающей работы;
  - современные техники и приёмы развивающей работы и психологической помощи;
  - закономерности групповой динамики, методы, приёмы проведения групповой развивающей работы;
  - способы и методы оценки эффективности и совершенствования развивающей работы;

- нормативные правовые акты, касающиеся организации и осуществления профессиональной деятельности, федеральные государственные образовательные стандарты.

Права педагога-психолога: самостоятельно формулировать конкретные задачи работы с участниками образовательных отношений, выбирать формы и методы этой работы, решать вопрос об очередности проведения различных видов работ, выделяя приоритетные направления, с учетом специфики образовательного учреждения и контингента обучающихся.

### **Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации Программы.**

Материально-техническая база приведена в соответствии с задачами по обеспечению реализации основной образовательной программы образовательной организации, необходимого учебно-материального оснащения образовательного процесса и созданию соответствующей образовательной и социальной среды.

Занятия проводятся в специально организованном помещении с соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил.

- 10 столов, 10 стульев.
- Учебно-дидактический комплекс: игровой набор «Дары Фребеля» состоящий из набора 14 модулей.

## **11. Сроки и этапы реализации программы**

Данная программа рассчитана на один учебный год, включает следующие этапы реализации:

- 1 этап: «Диагностический».
- 2 этап: «Развивающий».
- 3 этап: «Итоговый».

Программа предназначена для групповой работы с воспитанниками дошкольного учреждения 4–5 лет, но, учитывая индивидуальность каждого ребенка, при необходимости может дублироваться индивидуальными занятиями.

Данный курс состоит из 33 занятий по 20 минут каждое. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность курса составляет 9 месяцев (сентябрь–май).

Режим занятий, их продолжительность и периодичность:

Рабочая программа рассчитана на 33 занятия (20 минут в неделю). Длительность образовательной деятельности 20 минут.

Принципы построения образовательной деятельности с детьми (занятий):

- единство диагностики и развития (учитываются результаты диагностики при организации занятий по Программе для более эффективного развития детей);
- учёт возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребёнка (при реализации Программы учитываются возрастные особенности детей 4-5 лет, реализуется индивидуальный подход);
- усложнение (задания в занятиях Программы построены по принципу усложнения: от более простого к более сложному);

- учёт объёма и степени разнообразия материала (в Программу включены различные темы занятий, механизмы воздействия);
- наглядность обучения (использование наглядных пособий, карточек и т.д.);
- доступность для понимания (предлагаемые в Программе темы занятий и задания понятны ребёнку 4-5 лет).

Формы организации деятельности детей на занятиях:

- фронтальная: одновременная работа со всеми детьми;
- индивидуально-фронтальная: чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- индивидуальная: индивидуальное выполнение заданий, решение проблемных задач, ситуаций.

Приёмы:

- показ или демонстрация способа действия в сочетании с объяснением, выполняется с привлечением разнообразных дидактических средств;
- инструкция для выполнения самостоятельных упражнений;
- вопросы к детям;
- пояснение, разъяснение, указание с целью предупреждения ошибок [3].

Кадровое обеспечение:

Занятия проводит педагог-психолог Летягина Екатерина Николаевна.

Оптимальная наполняемость групп составляет 8-10 человек, что обеспечивает эффективность занятий и дифференцированный подход к каждому ребёнку.

## **12. Ожидаемые результаты программы**

Для воспитанников 4– 5 лет:

- ✓ сформировать познавательный интерес и коммуникативные компетенции у детей дошкольного возраста;
- ✓ развить у детей пространственное и логическое мышление сенсорного восприятия, зрительно-моторной координации, технические и конструктивные умения;
- ✓ развить творческие способности;
- ✓ сформировать благоприятный психологический климат группы;
- ✓ воспитать дружеские взаимоотношения между детьми
- ✓ знание названий объемных геометрических фигур, умение детей описывать знакомую фигуру;
- ✓ умение различать геометрические фигуры (шар, цилиндр, куб), развитие ориентации в пространстве, развитие координаций движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- ✓ умение упорядочивать геометрические фигуры по форме, умение выделять признаки фигур с помощью зрительного анализатора;
- ✓ развитие сенсорных навыков и познавательно-исследовательской деятельности, расширение кругозора, мышления;
- ✓ формирование технических и конструктивных умений;
- ✓ объединять несколько игровых действий в единую сюжетную линию; отражать в игре действия с предметами и человеческие взаимоотношения.

Для педагога-психолога:

- ✓ Повысить профессиональный рост педагога-психолога, его теоретический уровень и практический;
- ✓ Внедрить современные формы и методы работы по интеллектуально-познавательному развитию воспитанников.

Для родителей:

- ✓ Активизация участия родителей в познавательном развитии ребенка.

### **13. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы включает в себя ряд мероприятий:

1. Проведение систематических административных проверок ведения рабочей документации специалистов (журнала групповой развивающей работы, проверка посещаемости).
2. Методическое сопровождение (оценка соответствия конспектов занятий содержанию программы, утверждение программы занятий на Педагогическом совете, посещение открытых развивающих занятий).
3. Презентация опыта работы на городских, областных мероприятиях (методические объединения, конкурсы и т.д.).
4. Мониторинг удовлетворенности родителей (законных представителей) услугами специалистов, условиями проведения, материально-техническим обеспечением.

### **14. Критерии оценки достижения**

В качестве критериев оценки достижения планируемых результатов выступают качественные и количественные показатели.

Психолого-педагогическая диагностика была проведена с детьми в количестве 34 ребенка из двух групп в возрасте 4–5 лет. По результатам диагностики было выявлено 10 детей с низким уровнем познавательной деятельности. Исходя из результатов, в программе участвовали только дети с низким уровнем познавательной деятельности.

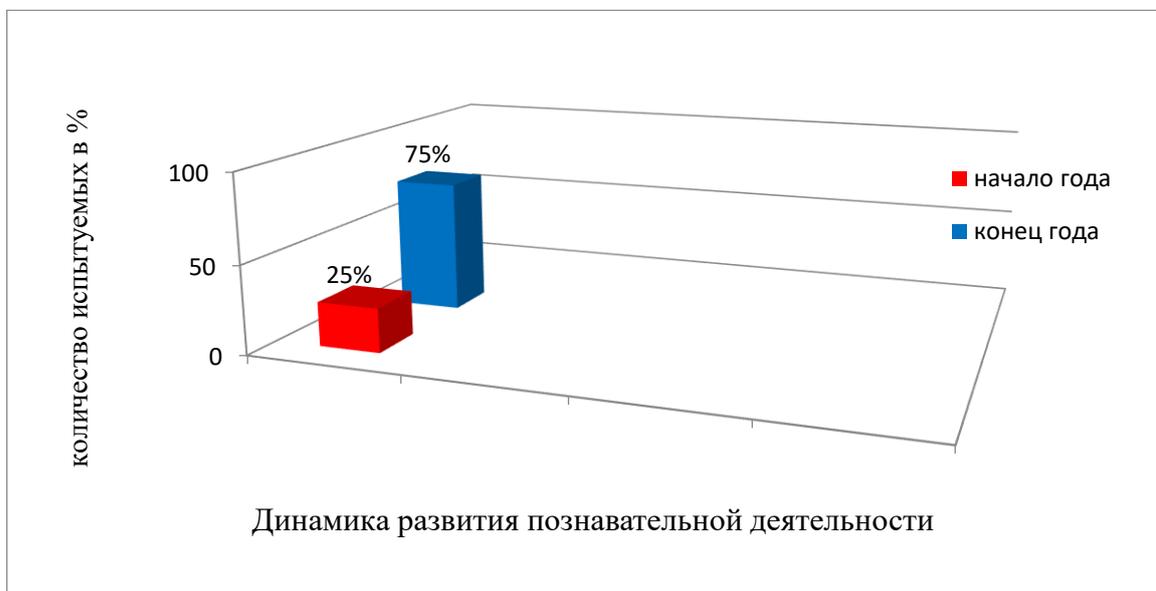
Количественными показателями оценки достижения планируемых результатов являются данные воспитанников, полученные по итоговому обследованию познавательной сферы по следующим методикам (Таблица 2).

*Таблица 2*

#### **Психолого-педагогические методики обследования познавательной сферы дошкольников**

<b>№ п/п</b>	<b>Область обследования</b>	<b>Содержание и рекомендуемые материалы</b>
1	Зрительное восприятие (величина)	«Включение в ряд» (Е. А. Стребелева). Оборудование: экран, шестисоставная матрешка

№ п/п	Область обследования	Содержание и рекомендуемые материалы
2	Зрительное восприятие (форма)	«Коробка форм» (Е. А. Стребелева). Оборудование: «почтовый ящик»
3	Конструктивные способности, зрительная память	«Построй из палочек» (Е. А. Стребелева) Оборудование: двадцать плоских палочек одного цвета, экран
4	Сформированность целостного восприятия	«Сложи разрезную картинку» (Е. А. Стребелева). Оборудование: две одинаковые сюжетные картинки, одна из которых разрезана на 4 части по диагонали
5	Наглядно – образное мышление, зрительное восприятие (цвет, форма)	«Сгруппируй картинки» (Е. А. Стребелева). Оборудование: карточки с геометрическими формами (круги, квадраты, треугольники, овалы, многоугольники и прямоугольники четырёх цветов – красные, синие, зелёные, жёлтые)
6	ФЭМП: развитие количественных представлений, умение выполнять счётные операции. Наглядно образное мышление. Элементы словесно-логического мышления	Количественные представления и счёт (Е.А. Стребелева). Оборудование: пятнадцать плоских палочек одного цвета, экран
7	Наглядно-образное мышление. Зрительное восприятие (целостный образ)	«Сравни» (Е. А. Стребелева). Оборудование: две сюжетные картинки с отличиями
8	Наглядно-образное мышление. Сформированность знаний об окружающем мире	«Найди время года» (Е. А. Стребелева). Оборудование: сюжетные картинки со специфическими признаками четырех времен года
9	Наглядно-образное мышление	«Нарисуй целое» (методика А.А. Венгер). Оборудование: две картинки, на которых изображена неваляшка (одна картинка раз- резана), бумага и карандаши.
10	Наглядно-образное мышление. Сформированность знаний об окружающем мире	«Расскажи» (Е. А. Стребелева). Оборудование: серия сюжетных картинок «Утро мальчика»



Сравнивая результаты, мы наблюдаем положительную динамику развития познавательной деятельности детей.

Дети заинтересованы в действиях с игрушками и могут выполнить самостоятельно некоторые предложенные задания. В процессе выполнения познавательных задач применяют в основном практическую ориентировку – перебор вариантов, а после обучения использует метод проб. Отмечается интерес к продуктивным видам деятельности, таким, как конструирование, рисование.

Отмечается стойкий интерес к продуктивным видам деятельности, он самостоятельно справляется с предложенными заданиями. Речь фразовая, грамматически правильно построенная.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых [11].

На основании этого по завершению работы по данной программе достигнуты следующие целевые ориентиры:

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности

- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.

- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

- У ребенка развита память и внимание: умение переключаться с одного вида на другой.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

- Ребенок умеет думать, сравнивать, сопоставлять, рассуждать и принимать решение.

- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.

- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде [5].

## **15. Сведения о практической апробации программы**

Программа была разработана и апробирована в 2022 году на базе МБДОУ «ДС № 251 г. Челябинска» и реализуется по настоящее время.

Количество участников программы составило 10 человек.

Перспективы развития психолого-педагогической программы «Любознайки»:

- Продолжить работу по преемственности между деятельностью педагога-психолога ДОУ с педагогами и родителями воспитанников.

- Публикация рабочей тетради для детей 4–5 лет «Играем и развиваемся с игровым набором «Дары Фребеля».

- Пополнить оснащение кабинета педагога-психолога ДОУ

дидактическими играми, интерактивными играми, пособиями, раздаточным материалом по развитию у детей познавательных интересов.

- Разработать развивающую психолого-педагогическую программу «Любознайки» для детей 3–4 лет.

### Список литературы

1. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в дошкольном образовании в соответствии с ФГОС ДО».

2. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие».

3. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Познавательное развитие».

4. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Речевое развитие».

5. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Художественно-эстетическое развитие».

6. Карпова, Ю. В., Кожевникова, В. В., Соколова, А. В.: Комплект методических пособий по работе с игровым набором «Дары Фребеля». «Использование игрового набора «Дары Фребеля» в образовательной области «Физическое развитие».

7. Севостьянова, Е. О. Развитие познавательной деятельности детей 4–6 лет: Индивидуальные занятия, игры, упражнения. – Москва; 2005.

8. Стребелева, Е. А., Орлова, А. Н., Разенкова, Ю. А. Шматко, Н. Д. Психолого-педагогическая диагностика развития детей дошкольного возраста: Методическое пособие / Под. ред. Е. А. Стребелева. – М.: Полиграф сервис, 1998. – 324с.

9. Толмачева, А. А., Психолого-педагогическое развитие современного ребенка дошкольного возраста: учебно-методическое пособие для педагогов ДОУ – Челябинск: ЧИППКРО, 2020. – 89 с.

10. Шипицина, Л. М., Защиринская, О. В., Воронова, А. П., Нилова, Т. А. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. (Для детей от 3 до 6 лет.) - Москва: «ДЕТСТВО–ПРЕСС», 1998. – 384 с.

11. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: ФГОС ДО – 2013. Введ. 2013-17-10-М.: Изд-во «Просвещение», 2013.

**Программа индивидуальной работы с ребенком  
старшего дошкольного возраста (в том числе с ОВЗ)  
по коррекции страхов «Победи свой страх»**

*Жабыко Н. М.,  
педагог-психолог  
МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска»*

**Вид программы:** коррекционно-развивающая.

Программа направлена на создание благоприятных условий для нормализации эмоционального состояния дошкольников посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса и индивидуальной психокоррекции.

**Аннотация**

В современной действительности повышается количество стрессогенных факторов, воздействующих на личность. Особенно этому негативному влиянию подвержены дети дошкольного возраста, так как ребенок может стать жертвой влияния множества неблагоприятных факторов, способствующих замедлению психических процессов развития личности. Одним из подобных факторов предстают детские страхи.

С одной стороны, страхи в дошкольном возрасте естественны и необходимы, в них развивается воображение ребенка, его творчество. С другой стороны – когда страхи становятся устойчивыми состояниями личности, приводят к негативным эмоциям, они начинают тормозить личностное развитие, приводят к появлению тревожных симптомов. Такие устойчивые страхи становятся объектом изучения и устранения для педагогов и психологов.

Значительное увеличение числа детей дошкольного возраста с различными страхами, которые приводят к повышенной возбудимости и тревожности ребенка, к отставанию развития потенциальных возможностей личности и его внутреннего мира, актуализируют тему исследовательской деятельности.

Рассматривая психологические особенности детей старшего дошкольного возраста необходимо отметить, что дошкольный возраст называют возрастом аффективности. Эмоции имеют бурный, но нестойкий характер, что проявляется в ярких, хотя и кратковременных аффектах, в быстром переходе от одного эмоционального состояния к другому.

Углубление знаний об окружающем мире ведет к расширению круга предметов и явлений, к которым старший дошкольник испытывает устойчивое отношение. Развитию эмоциональной сферы способствует речь, благодаря которой ребенок осознает свои чувства и переживания, объясняет их. В старшем дошкольном возрасте формируются высшие чувства: моральные, эстетические, познавательные, усложняется содержание эмоциональной сферы.

В. А. Крупчин делает акцент на том, что в старшем дошкольном возрасте интенсивно развивается воображение. «Воображение питается реальным опытом ребенка, чем богаче опыт, тем более яркими являются продукты его воображения», отмечает автор.

Ярким примером связи воображения и эмоций выступает не только изобразительная и игровая деятельность детей дошкольного возраста, но и количество и содержание детских страхов.

Детские страхи, как отмечает С. Г. Зубанова, выступают серьезной проблемой для детей и их родителей, ведь с возрастом и развитием высших психических функций, страхи увеличиваются в количестве и становятся все более яркими, агрессивными. Страх относится к общевозрастной проблеме эмоциональной жизни ребенка, поэтому ее психологическая проработка занимает особое место в детской субкультуре преодоления страха – рассказывание страшных историй, детские шалости и испытания храбрости. Детские страхи, как отмечено Л. С. Акопян, в случае нормального развития являются важным звеном в регуляции поведения ребенка и, в целом, имеют положительный адаптационный смысл.

Согласно исследованиям существует тенденция уменьшения с возрастом частоты проявления одних видов страхов и появления новых видов.

Исследование А. И. Захарова показало, что старший дошкольный возраст – это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено эмоциональным и когнитивным развитием, выросшим пониманием чувства опасности. Исследование автора показало, что центральным страхом является смерть, увеличивается ранг страха смерти родителей. Максимально представлены страхи животных, сказочных персонажей, страх глубины, страшных снов, страх огня. Нарастающее значение проявляет страх чрезвычайных ситуаций (пожар, нападение, война, землетрясение, наводнение), а также страх заболеть, страх наказания, страх перед засыпанием.

Связующим звеном страхов у старших дошкольников будет страх смерти. Анализ показал, что возникновение страха смерти означает осознание необратимости происходящих возрастных изменений. Старший дошкольник «начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует собой смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть».

В настоящее время отмечается значительное увеличение числа обращений педагогов и родителей, связанных с негативным влиянием страхов на личность детей дошкольного возраста, которые приводят к повышенной возбудимости и тревожности ребенка, к отставанию развития потенциальных возможностей личности и его внутреннего мира.

Отдельной категорией детей, нуждающихся в коррекционной помощи педагога-психолога, являются дети с ограниченными возможностями здоровья. Так, среднее число страхов у детей с ограниченными возможностями здоровья превышает более чем в два раза возрастные нормы, что может свидетельствовать о развитии тревожности и неврозов. Так, у детей с задержкой психического развития могут сохраняться страхи, свойственные детям более раннего

возраста. Причинами возникновения страхов у данной категории детей могут быть особенности нервной системы, конфликтные отношения в семье, система воспитания ребенка. Страхи детей, имеющих речевые нарушения, характеризуются устойчивостью и высокой интенсивностью переживания, тесной связью с родительскими страхами и условиями воспитания в семье, а также эмоциональной фиксацией на специфических страхах (фрустрированность на речевом дефекте).

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья особое значение имеет принцип индивидуального подхода, поскольку каждый ребенок в силу специфических для него условий развития, как внешних, так и внутренних, обладает индивидуальными особенностями, в основе которых определяются свойствами нервной системы. Каждый из таких детей отличается особенностями физического, интеллектуального, психоэмоционального развития; такие дети по-разному овладевают знаниями, умениями и навыками.

Все это определило необходимость проведения индивидуальной коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста. Для этого была разработана и апробирована Программа индивидуальной работы с ребенком по коррекции страхов.

Большинство представителей психолого-педагогической науки отмечают арт-терапию наиболее эффективным средством коррекции детских страхов. Арт-терапия – творческий процесс, который позволяет в символической форме трансформировать проблемную ситуацию страхов и найти пути ее решения, выразить эмоции и осознать переживания дошкольника. Поэтому арт-терапия была выбрана как основной метод коррекции в Программе.

Программа апробирована на базе МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска» в течение 2022-2023 учебного года. В индивидуальной работе по коррекции страхов принимали участие двое детей с нормотипичным развитием и трое детей с ограниченными возможностями здоровья старшего дошкольного возраста.

**1. Цель программы:** создание условий для преодоления страхов, нормализации эмоционального состояния и развития гармоничной личности старшего дошкольника.

#### *Задачи:*

##### *Диагностические:*

- выявить преобладающие страхи и определить степень их выраженности;
- выявить факторы, порождающие страхи;
- исследовать тревожность по отношению к ряду типичных для ребенка ситуаций общения.

##### *Обучающие:*

- обучить приемам, позволяющим справляться с волнением, тревогой;
- формировать навыки адекватного реагирования на объект страха;
- научить конструктивным способам поведения в трудных для ребенка ситуациях.

##### *Коррекционно-развивающие:*

- развивать навыки релаксации, снятия эмоционального напряжения;
- развивать умение осознавать собственные страхи, принимать и устранять их.

- создать условия для коррекции фобических состояний, трансформации негативных явлений и образов в позитивные.

- устранить негативные эмоциональные состояния.

***Воспитательные:***

- воспитывать самостоятельность;

- снижать тревожность;

- повышать самооценку и уверенность в себе.

**2. Участники Программы:** дети дошкольного возраста 5-7 лет. Программа разработана по запросу родителей и педагогов, обратившихся за помощью к педагогу-психологу МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска» в период с мая 2021 года по октябрь 2022 года. В результате бесед были выявлены проблемы эмоционального состояния детей и особенности в развитии личности старших дошкольников, которые нуждаются в коррекции и развитии.

В процессе наблюдения были выделены специфические особенности развития личности детей старшего дошкольного возраста, среди которых имеют место перепады настроения, плаксивость, обидчивость во взаимодействии с детьми и взрослыми, повышенная утомляемость, низкая работоспособность.

По результатам комплексного диагностического обследования ПМПК дети отнесен к категории «Дети с ограниченными возможностями здоровья». Психолого-педагогическим консилиумом МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска» рекомендовано создать благоприятные условия для обучения и воспитания и обеспечить индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение развития личности старшего дошкольника. Таким образом, дальнейшую психокоррекционную работу важно было направить на коррекцию страхов и развитие эмоциональной сферы ребенка и осуществлять с учетом особенностей развития и индивидуальных возможностей ребенка с ОВЗ (предупреждение психофизических нагрузок, эмоциональных срывов, создание психологического комфорта, ситуации «Успеха», коррекция и нормализация негативных эмоциональных состояний). Это определило необходимость проведения индивидуальной работы по коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

### **3. Научно-методические и нормативно-правовые основания Программы**

Содержание Программы построено на основе работ А. И. Божович, Л. С. Выготского, А. В. Запорожца, А. И. Леонтьева, а также ряда зарубежных авторов: А. Адлер, К. Изард, Ф. Перлз и др. Особенности детских страхов отражены в трудах Л. С. Акопян, А. И. Захарова, В. С. Мухиной, М. В. Осориной, А. М. Прихожан и др.

В качестве методологической основы Программы выступают исследования в области изучения феномена страхов, особенностей страхов старших дошкольников, средств коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Нормативно-правовая основа Программы соответствует требованиям документов:

1. Конституция Российской Федерации.

2. Декларация прав ребенка (ООН, 1959 г.), Конвенция ООН о правах ребенка (ратифицирована в 1990 году).

3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 г.

4. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».

5. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

6. Приказ Минтруда России от 24.07.2015 № 514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.08.2015 № 38575).

7. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20), утвержденные Постановлением Главного Государственного санитарного врача от 28 сентября 2020 года № 28.

Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детского сада № 314 г. Челябинска».

### **Структура и содержание программы**

Данная программа предназначена для индивидуальной работы с ребенком старшего дошкольного возраста (в том числе с ограниченными возможностями здоровья).

### **Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема и цель</b>	<b>Содержание</b>
<b>1 этап: «Диагностический»</b>		
1	Методика «Страхи в домиках» (А. И. Захаров, М. А. Панфилова) Проективная методика «Мои страхи» (А. И. Захаров)	Приложение № 1
<b>2 этап: «Коррекционно-развивающий».</b> <i>Цель: создание условий психологической коррекции, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста.</i>		
1	<b>Тема: «Какой он, мой страх?»</b> Цель: осознание собственных страхов, их принятие.	<u>Занятие 1. «Лабиринты страхов»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Поём имя». 2. Основная часть: упр. «Лабиринты страхов». 3. Заключительная часть: упр. «Огонь и лед», рефлексивный анализ. <u>Занятие 2. «Оживший страх»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Моё настроение». 2. Основная часть: упр. «Пластилиновый страх». 3. Заключительная часть: упр. «Семена», рефлексивный анализ. <u>Занятие 3. «Ночное воображение»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Я любимый(ая)». 2. Основная часть: упр. «Что я вижу в темноте». 3. Заключительная часть: упр. «Восьмерки»,

№ п/п	Тема и цель	Содержание
		<p>рефлексивный анализ. (Приложение 2) <u>Занятие 4. «Фоторобот страха»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «За что меня любят другие?». 2. Основная часть: упр. «Фоторобот страха». 3. Заключительная часть: упр. «Руки Пьеро», рефлексивный анализ.</p>
2	<p>Цель: принятие собственных страхов, снижение степени страхов, трансформация негативных явлений и образов в позитивные</p>	<p><b>Тема: «Такой же, как я»</b></p> <p><u>Занятие 1. «Почему он плачет?»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Продолжи предложение». 2. Основная часть: упр. «Грустный страх». 3. Заключительная часть: упр. «Цветы и дождик», рефлексивный анализ. <u>Занятие 2. «Смешной страх»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Тихо-громко». 2. Основная часть: упр. «Смешной страх». 3. Заключительная часть: упр. «Напряжение-расслабление», рефлексивный анализ. <u>Занятие 3. «Жила-была девочка, похожая на тебя...»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Продолжи предложение». 2. Основная часть: упр. «Сказка, но не страшная». 3. Заключительная часть: упр. «Медвежонок», рефлексивный анализ. <u>Занятие 4. «Альбом страхов»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Лесенка роста». 2. Основная часть: упр. «Как мы похожи!». 3. Заключительная часть: упр. «Солдат и кукла», рефлексивный анализ.</p>
3		<p><b>Тема: «Как победить страх»</b></p>
	<p>Цель: коррекция страхов путем придания объектам страха несвойственных, непривычных им характеристик, устранение негативных эмоциональных состояний.</p>	<p><u>Занятие 1. «Страх в клетке»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Я лучше». 2. Основная часть: упр. «Страх в клетке». 3. Заключительная часть: упр. «Морская звезда», рефлексивный анализ. <u>Занятие 2. «Герой»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Быстрые ответы». 2. Основная часть: упр. «Портрет смелого человека». 3. Заключительная часть: упр. «На лесной полянке», рефлексивный анализ. <u>Занятие 3. «Смывание страха»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Делай, как я». 2. Основная часть: упр. «Рисунок на стекле». 3. Заключительная часть: упр. «Ленивая кошечка», рефлексивный анализ. <u>Занятие 4. «Преобразование страха»:</u></p>

№ п\п	Тема и цель	Содержание
		1. Разминка: приветствие, упр. «Злюка». 2. Основная часть: упр. «Одень страшилку». 3. Заключительная часть: упр. «Розовые облака», рефлексивный анализ.
4		<b>Тема: «Символ победы»</b>
	Цель: формирование позитивной Я- концепции, уверенности в своих возможностях.	<u>Занятие 1. «Добрые слова»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Доброта». 2. Основная часть: упр. «Заклинание против страхов». 3. Заключительная часть: упр. «Лицо загорает», рефлексивный анализ. <u>Занятие 2. «Амулет смелости»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Что умеют наши руки?». 2. Основная часть: упр. «Амулет смелости». 3. Заключительная часть: упр. «Путешествие по голубому небу», рефлексивный анализ. <u>Занятие 3. «Волшебный карандаш»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Угадай, что спрятано в песке». 2. Основная часть: упр. «Волшебный карандаш». 3. Заключительная часть: упр. «Радуга», рефлексивный анализ. <u>Занятие 4. «История про Энни»:</u> 1. Разминка: приветствие, упр. «Хочу, могу, умею». 2. Основная часть: упр. «Противомонстровый фонарик». 3. Заключительная часть: упр. «Лимон», рефлексивный анализ.
<b>3 этап: «Итоговый»</b>		
1.	Методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова). Проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров).	Приложение № 1

### **Принципы и психологические механизмы реализации программы:**

1) принцип разнообразия детства – сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, восприятие детских страхов как естественного феномена данного возрастного периода;

2) принцип личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия – предполагает уважение и принятие личности старшего дошкольника, доброжелательность и внимание к нему;

3) принцип индивидуализации – индивидуальное наблюдение за старшим дошкольником, сбор данных о нем, анализ действий и поступков, помощь

в сложных ситуациях, предоставление возможности выбора в разных видах деятельности и др.;

4) принцип возрастной адекватности коррекционной деятельности – в коррекционном процессе используются основные виды деятельности старших дошкольников, творческая активность, опираясь на особенности возраста и задачи развития, учитывая его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

**Формы организации деятельности детей на занятиях:** индивидуальные психокоррекционные занятия с применением арттерапевтических приемов.

**В Программе использованы следующие методы и приемы работы:** арт-терапевтические приемы (изотерапия, песочная терапия, пластилинотерапия, сказкотерапия, средства теневого театра). Выбранные методы являются наиболее эффективными в коррекции детских страхов, так как способствуют осознанию ребенком своего эмоционального состояния.

**Структура занятия:** каждое занятие начинается с приветствия и разминки, содержит основную часть коррекционной деятельности с применением арт-терапевтических техник, и завершающий этап – рефлексивный анализ занятия (ритуал прощания).

**Игры-приветствия** способствуют созданию положительного эмоционального настроя и представлены играми: «Ласковое приветствие», «Чудесный день», «Если бы я был волшебником».

**Разминки** формируют положительное отношение к самому себе: развивают самостоятельность и уверенность в своих силах и возможностях, развивают способность адекватно оценивать себя, свои действия и поступки – «Моё имя», «Продолжи предложения», «Хочу, могу, умею», «Быстрые ответы», «Я лучше» и др. (Приложение 2)

Продолжительность – 5 минут.

**Основная часть** – коррекционно-развивающая, содержит арттерапевтические приёмы и способствует осознанию собственных страхов, их принятию; снижению степени страхов, трансформации негативных явлений и образов в позитивные; коррекции страхов путем придания объектам страха несвойственных, непривычных им характеристик, устранение негативных эмоциональных состояний. Арттерапевтические приемы работы с детскими страхами представлены в Программе упражнениями: «Пластилиновый страх», «Что я вижу в темноте», «Рисунок на стекле», «Противомонстровый фонарик» и др.

Продолжительность – 20 минут.

**Завершающий этап** (рефлексивный анализ занятия) представлен в Программе упражнениями на снятие мышечного и эмоционального напряжения и рефлексивными техниками – «Солнышко», «Волшебный мешочек», «Если бы я был...», «Дерево успеха» и др.

Продолжительность – 5 минут.

#### **4. Описание используемых методик, технологий, инструментария**

При реализации Программы были использованы приемы арттерапии:

**Изотерапия** – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Изобразительное творчество позволяет ребенку ощутить и понять

самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть собой, свободно выражать мечты и надежды, а также – освободиться от негативных переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании ребенка окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней.

**Сказкотерапия** – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности ребенка, развития его творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.

**Игровая терапия** – это метод психотерапевтического воздействия на ребенка с использованием игры. Игра оказывает сильное влияние на развитие личности ребенка, помогает снимать напряженность, повышает самооценку. Символическая игра играет значительную роль в коррекции страхов, так как ребенок может исследовать прошлый опыт с возможностью оставаться на безопасном расстоянии от реальной действительности.

**Теневой театр** – это игровая форма преодоления тревожности и страхов, которые появляются у детей в период детства. Теневой театр вызывает яркие эмоции, чувства, фантазия и воображение дошкольника подсказывает, во что превращается тень, и руки невольно сами стремятся испробовать создать волшебные тени. Главный эффект игр-драматизаций при работе со страхами состоит в том, что ребенок сам управляет в сказке своим устрашающим персонажем. Теперь он хозяин своего страха. Детям легче всего наделить их теми чертами, которые они приписывают страху, так как темное пространство картонной фигурки уже представляет собой неизвестность. Очень важно в этом методе, что ребенок не только материализует свой страх, но и берет его под свой контроль: сзади к кукле приклеивается прочная нить, которая символически удерживает страх «на цепи».

**Технологии здоровьесбережения** – создание психологически и эмоционально благоприятной атмосферы, условий для сохранения и поддержания физического, нравственного и социального здоровья: соблюдение требований к продолжительности занятий с детьми, смена видов детской деятельности, учет индивидуальных особенностей и возможностей детей, проведение дыхательной гимнастики, элементов психогимнастики, соблюдение санитарно-эпидемиологических требований.

## **5. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Соблюдение прав участников программы является обязанностью педагога-психолога и обеспечивается нормативно-правовыми документами:

- Конституцией РФ;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Этическим кодексом практического психолога;
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20), утвержденными Постановлением Главного Государственного санитарного врача от 28 сентября 2020 года № 28.

– Федеральными, региональными и муниципальными законодательными актами;

– Локальными актами МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска».

Описание сфер ответственности.

Основные обязанности участников программы:

Образовательное учреждение:

• обеспечивает условия для проведения коррекционно-развивающей работы с ребенком в соответствии с нормативами.

Педагог-психолог:

• организует единое коррекционное пространство для ребенка в условиях семьи;

• и сохраняет положительный характер обратной связи «Психолог-родитель», «Психолог-ребенок»;

• создает в течение занятия спокойную эмоциональную атмосферу, благоприятные условия для эмоционального развития ребенка;

• соблюдает должностную инструкцию.

Воспитатели:

• обеспечивают посещаемость занятий, соблюдение расписания и регламента занятий;

• следуют рекомендациям, полученным от педагога-психолога.

• Родители:

• дают согласие на посещение занятий;

• выполняют рекомендации, полученные от педагога-психолога.

Права участников программы обеспечиваются законодательно-нормативной базой Российской Федерации, Конвенцией по правам ребенка, Уставом образовательной организации, локальными актами, приказами и должностной инструкцией педагогов-психологов. Педагог-психолог имеет право повышать профессиональную компетентность по вопросам оказания психологической помощи воспитанникам; вносить изменения в содержание программы с учетом индивидуальных особенностей детей. Обучающиеся имеют право на уважение человеческого достоинства, охрану и укрепление психологического здоровья.

Родители имеют право получать информацию о ходе коррекционной работы с ребенком, квалифицированное психологическое консультирование по проблемам их детей, связанных с компетенцией специалиста. (Приложение 3).

## **6. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации Программы**

### **Требования к педагогу-психологу, реализующему Программу**

Обязанности педагога-психолога (в соответствии с Профессиональным стандартом Педагог-психолог (в сфере образования), утвержденного Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н):

1. Должен уметь разрабатывать программы коррекционно-развивающей работы.

2. Должен уметь разрабатывать и реализовать планы проведения

коррекционно-развивающих занятий для детей и обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения, преодоление проблем в общении и поведении.

3. Должен уметь проводить коррекционно-развивающие занятия с обучающимися и воспитанниками и оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями.

4. Должен знать:

– современные теории, направления и практики коррекционно-развивающей работы;

– современные техники и приемы коррекционно-развивающей работы и психологической помощи;

– закономерности развития различных категорий обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями;

– стандартные методы и технологии, позволяющие решать коррекционно-развивающие задачи;

– способы и методы оценки эффективности и совершенствования коррекционно-развивающей работы.

***Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации Программы.***

Материально-технические условия реализации Программы соответствуют требованиям, определяемым санитарно-эпидемическими правилами и нормативами и соответствуют правилам пожарной безопасности.

Занятия проводятся в кабинете педагога-психолога, в котором организовано рабочее место для ребенка:

– стол, стул;

– ширма для теневого театра, лампа;

– лист гибкого стекла для рисования;

– красный и черный домики, текст с названиями страхов;

– пластилин, тесто;

– песок;

– материалы для изготовления амулетов, волшебного карандаша, «противомонстрового фонарика»;

– текст истории про Энни;

– клубок ниток;

– листы бумаги, карандаши, фломастеры.

***Требования к информационной обеспеченности организации для реализации Программы (библиотека, Интернет и т.д.).***

– информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции;

– информационно-образовательные ресурсы на сменных оптических носителях;

– информационно-образовательные ресурсы сети Интернет.

## **7. Сроки и этапы реализации Программы**

Срок реализации программы: программа рассчитана на 16 занятий. Продолжительность одного занятия 30 минут. Занятия проводились один раз в неделю по вторникам в течение четырех месяцев.

Программа включает три этапа реализации Программы:

1 этап: «Диагностический».

2 этап: «Коррекционно-развивающий».

3 этап: «Итоговый».

## **8. Ожидаемые результаты Программы:**

- повышение эмоционального фона, уверенности в себе;
- формирование чувства доверительного отношения к членам детского коллектива;
- рост показателей самоконтроля и снижение тревожности;
- приобретение умений справляться с собственными страхами.

## **9. Система организации внутреннего контроля за реализацией Программы**

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы включает в себя ряд мероприятий:

1. Проведение систематических административных проверок рабочей документации педагога-психолога (журнала групповой развивающей работы, проверка посещаемости).

2. Методическое сопровождение (оценка соответствия конспектов занятий содержанию программы, утверждение программы занятий на педагогическом совете).

3. Представление опыта работы на городских мероприятиях (методические объединения, конкурсы и т.д.).

4. Мониторинг удовлетворенности родителей (законных представителей) услугами специалистов, условиями проведения, материально-техническим обеспечением.

## **10. Критерии оценки достижения**

В качестве критериев оценки достижения планируемых результатов выступают качественные и количественные показатели.

Количественными показателями оценки достижения планируемых результатов являются данные воспитанников, полученные с помощью методики «Страхи в домиках» (А. И. Захаров, М. А. Панфилова). Основной целью данной диагностической методики является выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей дошкольного возраста. Ребенку предлагался стимульный материал в виде двух нарисованных домов – красного и черного. В эти дома дошкольнику при помощи экспериментатора нужно было расселить 29 страхов: в красный дом – все «нестрашные», а в черный – «страшные» страхи. После выполнения задания детям предлагалось закрыть страшный дом на замок, который они сами рисовали и выбросить ключ, тем самым снизив тревожность и успокоив испытуемого дошкольника. Интерпретация

результатов предполагает количественный и качественный анализ преобладающих страхов и соотнесение данных с возрастными нормами страхов и их распределения.

Проективная методика «Мои страхи» (А. И. Захаров) – проективная методика направлена на выявление страхов у детей дошкольного возраста. После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания дошкольника о том, что его пугает, ему предлагался лист бумаги и цветные карандаши, детальная инструкция: «Давайте нарисуем то, чего ты больше всего боишься». В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. Качественная интерпретация предполагает выявление ведущего страха детей дошкольного возраста, персонификацию детских страхов.

По запросу родителей в период с 25.10.2022 г. по 22.11.2022 г. была проведена индивидуальная диагностика детей по выявлению актуальных страхов.

Данные, полученные с помощью методики «Страхи в домиках» (А. И. Захаров, А. И. Панфилова), были проанализированы и представлены в таблице 1.

*Таблица 1*

**Преобладающие виды страхов у детей старшего дошкольного возраста**

<b>№ п/п</b>	<b>Имя ребенка</b>	<b>Преобладающий вид страхов</b>	<b>Общее количество/уровень</b>
1.	М.	когда остаешься один; заболеть, заразиться; того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно); Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища	17 высокий
2.	И.	когда остаешься один; заболеть, заразиться; того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); огня; пожара; войны; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно); Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища	15 средний
3.	В.	когда остаешься один; заболеть, заразиться; того, что умрут твои родители; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных);	14 средний

№ п/п	Имя ребенка	Преобладающий вид страхов	Общее количество/уровень
		крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно)	
4.	К.	того, что умрут твои родители; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно); Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища	14 средний
5.	А.	когда остаешься один; заболеть, заразиться; того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно); Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища	17 высокий

Согласно возрастным нормам А. И. Захарова нормальное количество страхов у детей в возрасте 5-7 лет у девочек – 11-12, у мальчиков – 9.

Анализируя данные, представленные в таблице, необходимо отметить, что количество преобладающих страхов значительно отличается по количеству от представленной нормы А. И. Захарова. Учитывая возрастные особенности можно говорить о наличии у обследованных детей нетипичных для их возраста страхов.

Остановившись на количественном и качественном анализе проективной методики «Мои страхи» (А.И. Захаров), можно говорить о том, что данная методика позволяет определить персонажей, вызывающих страх детей старшего дошкольного возраста.

Рассматривая рисунки детей, выявлено, что большинство дошкольников изображали ведущие страхи в центральной части листового формата, занимая большую площадь и акцентируя внимание на изображенном страхе. При изображении страхов использовали темные тона, черный и серый цвет, что подчеркивает отсутствие жизнерадостности, тревожность. В основном дети рисовали смазанные образы, или рисунки, в которых было выражено большое число отчетливых, но непересекающихся линий, применяли сильный нажим и жесткую штриховку.

Проанализировав рисунки детей, мы можем говорить о том, что объектами страха являются: магические персонажи (злой колдун, Снежная королева), из мобильных игр (Энедремен, Кримпер), монстры, животные и насекомые, природные катаклизмы, чрезвычайные происшествия. Также в рисунках

детей присутствуют такие животные, как волк, крыса, змея и насекомые – пауки, червяки. Страх природных катаклизмов прослеживается в рисунке мальчика 6 лет с нормотипичным развитием.

Повторная диагностика проводилась после завершения индивидуальной работы по коррекции страхов в период с 28.02.2023 г. по 03.03.2023 г.

В таблице 2 приведены данные, полученные с помощью методики «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, А.И. Панфилова).

Таблица 2.

### Преобладающие виды страхов у детей старшего дошкольного возраста

№ п/п	Имя ребенка	Преобладающий вид страхов	Общее количество
6.1	М.	когда остаешься один; того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь)	13 средний
7.2	И.	когда остаешься один; заболеть, заразиться; того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; огня; пожара; войны; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно).	11 средний
8.3	В.	когда остаешься один; заболеть, того, что умрут твои родители; воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно)	11 средний
9.4	К.	того, что умрут твои родители; страшных снов (каких именно); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей	8 средний
10.5	А.	когда остаешься один; заболеть, того, что умрут твои родители; того, что они тебя накажут; перед тем как заснуть; страшных снов (каких именно); волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно)	15 средний

Из таблицы 2 видно, что количество преобладающих страхов стало заметно ниже по сравнению с обследованием, проведенным на первом этапе. Также у детей не выявлено страхов, характерных для более раннего возрастного периода (страхи животных; Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища).

Проводя качественный анализ детских рисунков по методике «Мои страхи» (А.И. Захаров) важно отметить, что по завершению реализации программы коррекции дети стали выбирать для рисования разнообразную

цветовую палитру, яркие и насыщенные цвета, а также пытались трансформировать страх в положительный образ.

Представленные результаты указывают на эффективность Программы индивидуальной работы с ребенком старшего дошкольного возраста по коррекции страхов «Победи свой страх».

### **11. Сведения о практической апробации программы.**

Программа апробирована на базе МБДОУ «ДС № 314 г. Челябинска» в течение 2022-2023 учебного года. В индивидуальной работе по коррекции страхов принимали участие двое детей с нормотипичным развитием и трое детей с ограниченными возможностями здоровья старшего дошкольного возраста.

### **Список литературы**

1. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей. – С – П., –2000.
2. Кузминкин, В. Кого и чего мы боимся. // Вечерний Новосибирск от 13 окт. 2001.
3. Куражева, Н. Ю., Козлова, И. А. Приключения будущих первоклассников: психологические занятия с детьми 6-7 лет. – СПб.: Речь, 2007. – 240 с.
4. Макарова, Е. Ч. Преодолеть страх или искусство терапия. – М., «Школа-Пресс», 1996.
5. Пазухина, И. А. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4–6 лет: Пособие для практических работников детских садов / Автор-составитель И. А. Пазухина – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 272 с.
6. Панфилова, М. А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: «Издательство ГНОМид», 2001. – 160 с.
7. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика – Москва-Воронеж, – 2000.
8. Психолого-педагогическая диагностика: Учебное пособие для студентов высш. пед. учебн. Заведений / Под ред. И. Ю. Левченко, С. Д. Забрамной. – М.: Академия, 2005 – 320 с.
9. Риман, Ф. Основные формы страха. – М., 1998.
10. Сидорова, И. В. Развитие и коррекция с использованием цвета эмоционального мира детей старшего дошкольного возраста: методическое пособие. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. – 80 с.
11. Шоттенлоэр, Г. Рисунок и образ в терапии. С-Пб., – 2001.
12. Шипицина, Л. М., Заширинская, О. В., Воронова, А. П., Нилова, Т. А. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. (Для детей от 3 до 6 лет.) – Москва: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 1998. – 384 с.
13. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: ФГОС ДО – 2013. Введ.2013–17–10– М.: Изд-во «Просвещение», 2013.
14. Ясюкова, Л. А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе: Метод. руководство. – СПб: Иматон, 1999. – 98 с.

15. Яфаева, В. Г. Развитие интеллектуальных способностей старших дошкольников: Программа-руководство. Издание 2-е. – Уфа: ИРО РБ. – 64 с.

**Просветительская психолого-педагогическая программа  
взаимодействия родителей и ДОУ «Школа счастливого родителя»**

*Проконова Т. Н.,  
педагог-психолог  
МБДОУ «ДС № 479 г. Челябинска»*

**Вид программы, описание проблемной ситуации, на которую  
она направлена**

Представленная на конкурс психолого-педагогическая программа сопровождения родителей дошкольной организации является консультативно-просветительской программой взаимодействия с семьей «Школа счастливого родителя».

Особенностью данной программы является ее комплексность, она предполагает эмоциональное, психологическое и социальное развитие личности ребенка через взрослого.

Одной из важнейших проблем современного российского общества остаётся невысокая степень ответственности родителей за воспитание, образование и здоровье детей.

Существенным негативным фактором является то, что сегодня активными родителями являются люди, проходившие личностное становление в 90-е годы XX века, которые в силу специфики общественно-политических событий того периода не получили достаточного опыта семейного воспитания. Поэтому необходимы шаги, направленные на развитие общих родительских компетенций, культуры родительства.

Обращающиеся к психологу родители, как правило, чувствуют неуверенность во взаимоотношениях с детьми, и, будучи неуверенными сами, внушают страхи и неуверенность своим детям, или, напротив, желая не повторить своего горького опыта, окружают детей излишней опекой и помощью, которая приводит детей к беспомощности и слабоволию. У таких родителей часто отсутствует опыт позитивных отношений со своими родителями, и, в результате, они из благих побуждений, или от незнания, повторяют негативный опыт своих родителей, сами того не желая. Родители часто используют неэффективные методы воспитания и установления дисциплины, не умеют поддерживать контакт с ребенком, не могут выразить свои чувства и принять чувства ребенка, имеют большое количество страхов и тревог, которые переносят в отношения с ребенком.

По опыту работы, основными причинами детско-родительских трудностей являются:

- недостаток педагогических и психологических знаний;
- полученные в родительской семье негативные стереотипы воспитания;
- личностные проблемы и особенности родителя;

- влияние проблемных семейных отношений между супругами на отношения родителя с ребенком.

Гармоничное развитие личности ребенка возможно при наличии здоровья, определяемого как физического, психического и социального благополучия. В последние десятилетия в психологии сделано ряд замечательных открытий. Одно из которых – о значении стиля общения взрослого с ребенком. Как показывает мировая практика психологической помощи детям и их родителям, даже очень трудные проблемы с детьми вполне разрешимы, если удастся создать благоприятный климат общения в семье.

### **1. Аннотация программы**

Современная ситуация в сфере воспитания требует создания новой, более эффективной системы социально-педагогического сопровождения семьи, построения новых отношений между институтом семьи и образовательной организацией. Организация такого процесса требует глубокого осмысления сущности изменений, происходящих в обществе, согласования позиций, выработки концепции, принимаемой педагогическим и родительским сообществом. А для этого необходима соответствующая система условий, стимулирующая родителей к собственному педагогическому образованию, повышению педагогической культуры, связанной:

- с запросами и потребностями развивающейся личности ребёнка;
- со спецификой процесса его личностного становления и профессионального самоопределения;
- с опорой на предшествующий опыт родителей и процесс их педагогического просвещения, на котором они осуществляют выбор оптимальных знаний и условий воспитания детей в семье;
- особый способ деятельности по оказанию педагогической помощи родителям в решении проблем воспитания детей в семье, в преодолении социокультурных и психолого-педагогических проблем, связанных с воспитанием детей;
- процесс совместного с родителями определения их целей, возможностей и путей достижения желаемых результатов в воспитании собственных детей.

Актуальность проблемы и детско-родительских отношений заключается в том, что новые условия требуют новых подходов и методов работы с родителями и детьми. До настоящего времени психологическая помощь семье не оказывалась родителям на должном уровне. Мы предлагаем проведение консультативной и просветительской работы на основе работы «Школы счастливого родителя». Работа данной «Школы» организована в виде групповых встреч с родителями. Такая форма работы позволит охватить наибольшее количество родителей (законных представителей) у которых возникают вопросы по воспитанию и развитию детей, а также при необходимости не только обеспечит сопровождения родителей, но и произойдет обмен опытом между ними.

### **2. Описание целей и задач программы**

Главная цель программы – профессионально помочь семье в воспитании детей, при этом, не подменяя ее, а дополняя и обеспечивая более полную реализацию ее воспитательных функций:

- развитие интересов и потребностей ребенка;
- распределение обязанностей и ответственности между родителями в постоянно меняющихся ситуациях воспитания детей;
- поддержка открытости во взаимоотношениях между разными поколениями в семье;
- выработка образа жизни семьи, формирование семейных традиций;
- понимание и принятие индивидуальности ребенка, доверие и уважение к нему как к уникальной личности.

Данная цель реализуется через следующие задачи:

- воспитание уважения к детству и родительству;
- взаимодействие с родителями для изучения их семейной микросреды;
- повышение и содействие общей культуры семьи и психолого-педагогической компетентности родителей;
- оказание практической и теоретической помощи родителям воспитанников через трансляцию основ теоретических знаний и формирование умений и навыков практической работы с детьми;
- использование с родителями различных форм сотрудничества и совместного творчества, исходя из индивидуально-дифференцированного подхода к семьям.

Осуществляя тесное сотрудничество ДООУ и семьи в вопросах воспитания и развития ребенка; создавая психологически комфортные условия для эмоционального взаимодействия родителей, педагогов и детей; оптимизируя внутрисемейные отношения, мы сможем:

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия для развития и воспитания детей;
- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей;
- поддерживать у родителей уверенность в собственных педагогических возможностях;
- апробировать новые нетрадиционные формы работы семьей, как фактора позитивного развития ребенка.

### **3. Описание участников программы**

Участниками программы являются родители воспитанников ДООУ, дети и педагоги. Основная часть программы рассчитана на родителей воспитанников. Также были разработаны и внедрены в практику совместные мероприятия для родителей и детей, мероприятия для педагогов. В реализации данной программы принимают участие все педагоги учреждения.

### **4. Научно-методические и нормативно-правовые основания программы**

Национальный воспитательный идеал существовал в каждом обществе и во все времена. В средневековой Руси – образ Христа, при Петре I – государев человек, служащий царю и Отечеству, в советские времена – кодекс строителя коммунизма. На рубеже XX–XXI веков в демократической России появился новый идеал – свободная в своем самоопределении и развитии личность,

которая в силу определенных обстоятельств размылась, и стала равноценной личности беспредельной. В одной из проповедей Святейший Патриарх Кирилл затронул проблемы образования. «Образование – особый труд, в наше время это двойной труд, когда мы живем в обществе информационном, в котором невозможно оградить молодого человека от чуждого христианству образа мыслей» [5]. Кризисное состояние духовно-нравственной сферы общества и семьи, а также все проблемы общества, безусловно, отражаются на духовно-нравственном здоровье современных детей. Распространенность психических нарушений среди подрастающего поколения, в том числе и детей дошкольного возраста, очень велика.

Все предшествующие культуры предполагали, что привязанность детей к родителям прочна и долговременна, но в большинстве современных родителей это уже недоступно. Современный уклад жизни (работа, успехи в профессиональной области, стремление к материальному благополучию) приводит к недостатку физических и душевных сил у родителей в процессе воспитания ребенка, что провоцирует разрушение традиционных семейных связей.

На рубеже XX–XXI веков в нашей стране произошли перемены социально-экономического и политического характера, повлекшие за собой изменения и в сфере морально-нравственных ценностей и норм поведения в обществе. В настоящее время Россия переживает один из непростых исторических периодов. И самая большая опасность, подстерегающая наше общество сегодня, – не в развале экономики, не в смене политической системы, а в разрушении личности. Ныне материальные ценности доминируют над духовными, поэтому у детей искажены представления о доброте, милосердии, великодушии, справедливости, гражданственности и патриотизме. Высокий уровень детской преступности вызван общим ростом агрессивности и жестокости в обществе.

Детей отличает эмоциональная, волевая и духовная незрелость. Продолжается разрушение института семьи: через т.н. «половое просвещение» у детей формируются внесупружеские, антиродительские и антисемейные установки. Постепенно утрачиваются формы коллективной деятельности. «Хаос и неразбериха современной жизни, развал семей, общественных институтов, дискредитированные по вине «человеческого фактора» высокие идеи – все это следствие утраты ответственности. Нынешнее поколение растет и с пеленок воспитывается в бесстержневой, безрамочной атмосфере. Структурность жизни, ее иерархичность, обычаи, границы любого рода – внешние рамки, в которых возможно произрастать росткам ответственности в современном обществе, безжалостно ликвидированы.

Русский философ И. А. Ильин называет семью «первичным лоном человеческой культуры». То, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни. Ко времени поступления в школу он уже наполовину сформирован как личность. Народная пословица говорит: «К чему в юности привык, то в старости сделал». Сама жизнь подчеркивает ее правильность: если человек в юности вступил на путь добродетели, то он твердо будет стоять на нем и в старости. Воздействие на развитие

духовного мира ребенка начинается еще перед появлением его на свет и в этом смысле большое значение имеет благочестивое поведение его родителей.

Дошкольный возраст является благодатным периодом для формирования познавательных и нравственных норм, которые входят в систему ориентировочной деятельности, лежащей в основе регуляции поведения. Святитель Лука (Войно-Ясенецкий) пишет: «Маленьких детей надо начинать воспитывать с самых пеленок, ибо только в самом юном возрасте дети легко поддаются всякому научению. Их душа мягка, как воск, на ней отпечатывается все, что хотите отпечатать на ней – как ваши дурные примеры, так и благочестивые слова и всякий светлый и чистый пример».

«Образование всегда начинается в семье. Именно она является первой школой, определяющей жизненный путь ребенка. Очень важно, чтобы родители показывали пример глубокой взаимной любви и преданности, поскольку, как отмечают психологи, для ребенка важно не только то, как относятся к нему, но и как отец и мать относятся друг к другу. Конечно, многие родители далеко не всегда могут уделить ребенку должное внимание. Немалое, а иногда и основное место в жизни современной семьи занимают телевизор и в целом массовая медийная индустрия, которая формирует личность, исходя из своих чисто коммерческих или политических интересов.

Нам много раз приходилось слышать, как родители сетовали на то, что у них плохие дети, которые их не слушаются; на то, что разрывается связь в отношениях детей и родителей. Но ведь в детях мы видим самих себя. Дети – это зеркало взрослого поколения [5].

Определяющая роль семьи обусловлена ее глубоким влиянием на весь комплекс физической и духовной жизни растущего в ней человека. Семья для ребенка является одновременно и средой обитания, и воспитательной средой. Влияние семьи особенно в начальный период жизни ребенка намного превышает другие воспитательные воздействия.

Правовое регулирование сотрудничества детского сада и семьи.

Долгие годы наше государство принимало на себя всю полноту ответственности за воспитание, обучение и развитие детей. Участие в воспитательно-образовательном процессе ДОО в соответствии с этой законодательно закреплённой тенденцией было ограниченным.

В настоящее время основные законы [6, 7, 15] и другие нормативные документы [15], приведены в соответствие с нормами международного права [1, 2, 10], согласно которым воспитание, образование ребёнка является правом и обязанностью родителей. Роль родителей в воспитании ребёнка, родительские обязанности и ответственность за их выполнение связаны с соблюдением прав ребёнка: «расти на попечении и под ответственностью своих родителей» в атмосфере любви, понимания. Моральной и материальной обеспеченности (Декларация прав ребёнка, принцип 6). Родители несут преимущественную ответственность за воспитание, обучение его интересов (Декларация прав ребёнка, принцип 7; Конвенция о правах ребёнка, ст.18, ч.1).

В полном соответствии с нормами международного права, Конституцией РФ утверждается равная обязанность родителей заботиться о детях (ст.38, ч.2),

а Семейный кодекс РФ говорит об обязанности супругов заботиться не только о благосостоянии, но и о развитии своих детей (ст.31, ч.3).

Родители при этом «несут ответственность за воспитание и развитие своих детей» (Семейный кодекс РФ, ст.63, ч.1) и должны решать все вопросы, касающиеся воспитания и образования детей, исходя из их интересов (Семейный кодекс РФ, ст.65, ч.2).

Декларация прав ребёнка (принцип 2), Семейный кодекс РФ (ст. 63, ч 1.) и Закон «Об образовании Российской Федерации» (ст.18, ч. 1) указывают на обязанность родителей обеспечить возможности и благоприятные условия для всестороннего воспитания и развития ребёнка: физического и психического. Духовного и нравственного.

Однако забота о детях и их воспитании – не только обязанность родителей, но и их преимущественное перед другими лицами право (Конституция РФ, ст. 38. ч. 2; Семейный кодекс РФ, ст. 63, ч. 1; Закон «Об образовании в Российской Федерации», ст.18.1). которое реализуется ими совместно, по взаимному согласию, исходя из принципа равенства между ними (Семейный кодекс РФ, ст.31, ч. 2).

При наличии разногласий по вопросам воспитания и образования детей родители (или один из них) вправе обратиться за их разрешением в орган опеки и попечительства или суд (Семейный кодекс РФ, ст. 65, ч. 2).

Согласно ст. 26 Всеобщей декларации прав человека родители имеют право приоритета в выборе вида образования для своих малолетних детей: общественного или семейного. Семейный кодекс РФ (ст. 63, ч. 2) и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 52, ч. 1) утверждают право родителей на выбор формы обучения образовательного учреждения.

В статье 44 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» определены права, обязанности и ответственность в сфере образования родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. Родители имеют преимущественное право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами; имеют право знакомиться с содержанием образования, используемыми методами обучения и воспитания, образовательными технологиями; защищать права и законные интересы обучающихся; принимать участие в управлении организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в форме, определяемой уставом этой организации; высказывать свое мнение относительно предлагаемых условий для организации обучения и воспитания детей и т. д.

Таким образом, знание нормативно-правовых документов международного и федерального уровня, конкретного ДОО позволит воспитателю юридически грамотно построить отношения с семьёй с учётом защиты прав ребёнка, а также прав и обязанностей родителей и воспитателя.

Нормативно-правовые основания программы:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
3. ФГОС дошкольного образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. № 1155);

4. Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утверждённые приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации (от 18.10.2013 г. № 544 и от 24.07.2015 № 514н).

5. «Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года» (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017).

6. Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России.

## 5. Структура и содержание программы

Продолжительность программы 6 месяцев (с ноября по апрель). Встречи рассчитаны 2 раза в месяц.

Структура программы подразумевает цикл встреч с родителями, с родителями и детьми, с педагогами, с целью просвещения по разным вопросам. Каждая встреча проходит в музыкальном зале, по разработанному сценарию. Структура каждого мероприятия включает в себя:

1. Вводная часть – «разогрев», знакомство с участниками, настрой на работу.
2. Основная часть – действия, упражнения на раскрытие тех или иных вопросов воспитания и развития детей в семье.
3. Заключительная часть – обмен чувствами, рефлексия, шеринг.

№	Тема, содержание	Необходимое оборудование, материалы
1.	Адаптация детей к условиям ДОО (Приложение 2) – Приветствие – Беседа: Факторы адаптации – Игра «Испорченный телефон» – Упражнение-оригами «Самолетик пожеланий» – Рефлексия «Мои ладошки»	– проектор; – ноутбук; – бумага; – ручки, карандаши
2.	Круглый стол для педагогов «Современные формы взаимодействия с семьей» (Приложение 3)	– проектор; – ноутбук; – бумага; – ручки, карандаши
3.	Семинар-практикум для родителей «Играя – готовимся к школе» (Приложение 4) – Игра «Да – нет» – Упражнение «Снежинка» – Упражнение «Цветик-семицветик» – Игра-ассоциация «Школа» – Презентация «Размышлялки о школе» – Упражнение «Действуй по инструкции» – Игра «ЧЕРЕПАХИ» – Упражнение «Ассоциативные цепочки» – Игра «Загружаем баржу» – Рефлексия «Все у меня в руках» – Упражнение «Аплодисменты»	– проектор, экран, ноутбук; – стулья по количеству участников; – письменные столы; – листы для рисования; – ручки; – салфетки

№	Тема, содержание	Необходимое оборудование, материалы
4.	<p>Мастер - класс для родителей и детей  «Использование кинезиологических упражнений для развития детей дошкольного возраста» (Приложение 5)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Приветствие участников</li> <li>– Разминка</li> <li>– Упражнения для развития мелкой моторики рук</li> <li>– Растяжки</li> <li>– Дыхательные упражнения</li> <li>– Телесные упражнения</li> <li>– Глазодвигательные упражнения</li> <li>– Тонус и релаксация</li> <li>– Рефлексия встречи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наборы предметов для каждой пары: су-джок, резиновый массажный мячик, ребристые карандаши, косточки от счетов;</li> <li>– проектор и экран для презентации по теме;</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка; бубен;</li> <li>– буклеты с кинезиологическим комплексом упражнений для выполнения в условиях семьи;</li> <li>– анкета для родителей с целью обратной связи по результатам проведения мастер-класса;</li> <li>– стулья по количеству участников;</li> <li>– письменные столы</li> </ul>
5.	<p>Семейная гостиная «Счастливый ребенок в семье» (Приложение 6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Дерево беспокойства»</li> <li>– Игра с мячом «Портрет психологически здорового человека»</li> <li>– Практическое задание для родителей «Кто рядом?»</li> <li>– Просмотр фрагмента «Хочу стать телевизором!!!»</li> <li>– Упражнение «Ты – сообщение»</li> <li>– Игра «Испорченный телефон»</li> <li>– Стихотворение Себастьяна Бранта «О дурном родительском примере»</li> <li>– Обратная связь. Рефлексия</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проектор и экран для презентации по теме;</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;</li> <li>– раздаточный материал – карточки для выполнения заданий;</li> <li>– мяч;</li> <li>– ручки, карандаши, ватман</li> </ul>

№	Тема, содержание	Необходимое оборудование, материалы
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– стулья по количеству участников;</li> <li>– письменные столы</li> </ul>
6.	<p>Игровой тренинг для родителей и детей «Вместе с мамой» (Приложение 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Приветствие</li> <li>– Упражнение «Здравствуйте...»</li> <li>– Упражнение «Мой ребенок – мое солнышко», «Моя мама самая, самая»</li> <li>– Игра «Встаньте те, кто...»</li> <li>– Упражнение «Рисунок вдвоем»</li> <li>– Психогимнастика.</li> <li>– Игра - разминка «Нос – пол – потолок»</li> <li>– Упражнение «Мое солнышко»</li> <li>– Танец «Что манит птицу...»</li> <li>– Рефлексия. Упражнение «Ромашка пожеланий», «Мое настроение»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проектор и экран для презентации по теме</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;</li> <li>– цветная бумага, ватман;</li> <li>– ручки, карандаши</li> <li>– стулья по количеству участников;</li> <li>– письменные столы</li> </ul>
7.	<p>Семинар-практикум для родителей «Учимся у книги» (Приложение 8)</p> <p>Упражнение «Степень важности для Вас..»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Игра «Подарок»</li> <li>– Значение книги в жизни ребенка</li> <li>– Факторы, препятствующие приобщению детей к чтению</li> <li>– Правила борьбы с телеманией</li> <li>– Игра «Волшебный сундучок»</li> <li>– Загадки:</li> <li>– Игра «Сказка по кругу».</li> <li>– Видеоролик «Берегите своих детей»</li> <li>– Упражнение «Ромашка пожеланий».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проектор и экран для презентации по теме</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;</li> <li>– цветная бумага, ватман;</li> <li>– ручки, карандаши</li> <li>– стулья по количеству участников</li> </ul>
8.	<p>Детско-родительская викторина – конкурс «Ах, какой я молодец!». (Приложение 9)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Разминка.</li> <li>– Конкурс для детей «Вопрос – ответ»!!!</li> <li>– Задание для родителей «Мой ребенок!».</li> <li>– Задание для детей «Учимся отвечать полным ответом, «да» и «нет» не говорить.</li> <li>– Игра для детей и родителей: «Нос, пол, потолок».</li> <li>– Задание детям «Назови одним словом».</li> <li>– Задание взрослым «Загадка»</li> <li>– Задание детям «Кругозор».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проектор и экран для презентации по теме;</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;</li> <li>– цветная бумага, ватман;</li> <li>– ручки, карандаши</li> <li>– стулья по количеству участников;</li> <li>– письменные столы</li> </ul>

№	Тема, содержание	Необходимое оборудование, материалы
9.	<p>Родительское собрание в форме семейной гостиной «Знаете ли вы своего ребенка?» (Приложение 10)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Вступительное слово</li> <li>– Изучение родительского рисунка и расшифровки имени ребенка</li> <li>– Беседа «Что нужно знать о своем ребенке?»</li> <li>– Детская ложь</li> <li>– Игра «Испорченный телевизор»</li> <li>– Круглый стол «Конфликты»</li> <li>– Упражнение «Контраргументы»</li> <li>– Тест «Какой вы родитель»</li> <li>– Итог: притча «Всё в твоих руках»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проектор и экран для презентации по теме;</li> <li>– музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;</li> <li>– цветная бумага, ватман;</li> <li>– ручки, карандаши;</li> <li>– стулья по количеству участников</li> </ul>
10.	<p>Семейная гостиная «Семья – моя гавань» (Приложение 11)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Вступление. Притча (звучит спокойная инструментальная музыка) «Только здесь и сейчас»</li> <li>– Деловая игра «Корабль под названием «Гармония общения».</li> <li>– Остров «Безусловное принятие»</li> <li>– Остров «Давай вместе!»</li> <li>– Остров «Как слушать ребенка»</li> <li>– Игра «Пойми меня».</li> <li>– Залив «Чувства родителей»</li> <li>– Упражнение «Закончи предложения».</li> <li>– Упражнение «Правило трех плюсов».</li> <li>– Упражнение «Баба-Яга».</li> <li>– Упражнение «Эмоциональное восприятие».</li> <li>– Заключительная часть. Рефлексия.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– мультимедийное оборудование;</li> <li>– маячки трех цветов (красного, желтого, зеленого); листы белой бумаги;</li> <li>– веревка для завязывания узелков (веревочная); фломастеры,</li> <li>– конвертики с полосками;</li> <li>– рисунок «корабля», островов, пирамиды.</li> <li>– аудиозапись инструментальной музыки</li> </ul>
11.	<p>Неделя психологии для сотрудников ДОУ и родителей воспитанников</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Аптечка для души»</li> <li>– «Комплимент коллеге»</li> <li>– «Дерево пожеланий»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ватманы;</li> <li>– ручки, карандаши, ватман, клей;</li> <li>– бумага;</li> <li>– конфеты</li> </ul>

## 6. Используемые методики, технологии, инструментарий

Создание единого образовательного пространства, включающего воспитателя и родителей как его равноправных составляющих, возможно только при условии учёта особенностей каждой конкретной семьи. Однако семья является достаточно закрытым воспитательным инструментом, неохотно раскрывающая особенности своей жизнедеятельности и взаимоотношений. Она никогда не открывается с другим людям полностью, а лишь настолько, насколько может дать положительное представление о ней.

В ходе реализации программы «Школа счастливого родителя» нами были использованы:

**1. Метод наблюдения.** Методика Агавелян М. Г., Даниловой Е. Ю., Чечулиной О. Г.

Организация наблюдения за семьёй предполагает обязательное планирование, которое включает в себя следующие этапы:

Определение цели и задачи наблюдения. Например, мы изучаем оценочное отношение взрослого к ребёнку, что включает в себя систематичное, мотивированное и много другое в оценке родителя своего ребёнка.

Выбор объекта, предмета и ситуации наблюдения. За ребёнком и родителями (законными представителями), их личностными качествами и особенностями взаимоотношений. Это хорошо видно в утренние и вечерние часы и при посещении семьи. В неформальной обстановке во время праздников, экскурсий, развлечений. Можно наблюдать их новые черты, которые до этого были недоступны.

Выбор способа наблюдения.

Таким способом служит так называемое «включённое наблюдение», позволяющее увидеть те особенности жизни семьи и взаимоотношений в ней, которые при внешнем наблюдении со стороны нередко бывают скрыты. Мы организуем специальные ситуации, например, по облагораживанию участка прогулочного, где используется совместный труд родителя с ребёнком и воспитателем.

**2. Анкетирование «Сотрудничество детского сада и семьи».** Методика А. Г. Агавелян, Е. Ю. Даниловой, О. Г. Чечулиной (Приложение 1). Получив реальную картину, на основе собранных данных мы анализируем особенности структуры родственных связей каждого ребенка, специфику семьи и семейного воспитания дошкольника, вырабатываем тактику своего общения с каждым родителем. Это помогает нам лучше ориентироваться в педагогических потребностях каждой семьи, учесть ее индивидуальные особенности.

Мы разработали для себя критерий, назвали его «включенность» родителей в образовательный процесс. Сначала этот критерий отражал

- количественные показатели присутствия родителей на групповых мероприятиях: посещение родительских собраний и консультаций;
- присутствие родителей на детских праздниках;
- посещение «Дня открытых дверей»;
- помощь родителей в оснащении педагогического процесса.

У нас появилась возможность дифференцированного подхода к родителям во время проведения совместных мероприятий.

Также организация взаимодействия с родителями строилась на использовании активные формы с родителями (законными представителями):

- общие и групповые родительские собрания;
- консультации;
- выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;
- дни открытых дверей;
- участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов;

- утренние приветствия;
- работа с родительским комитетом группы;
- беседы с детьми и родителями;
- тренинги;
- семинар-практикум;
- досуги, праздники, развлечения;

Взаимодействие с родителями носит, конечно, системный характер.

Основными принципами взаимодействия ДООУ и семьи в условиях нового современного подхода к проблеме являются:

1. Доверительность отношений - этот принцип предполагает обеспечение веры родителей в профессиональную компетентность и тактичность педагога, его умение понять и помочь решить проблемы семейного воспитания.

2. Личностная заинтересованность родителей - родители должны видеть во взаимодействии личностный смысл, который поможет им правильно строить общение и совместную деятельность с ребенком, сделать педагогическую позицию адекватной, гибкой, прогностической.

3. Эмансипация - освобождение родителей от стереотипных взглядов, установок на воспитание ребенка как несмышленого малыша; пробуждение их желания познать самих себя.

4. Утверждение самооценности родителей – только уважающие себя родители могут воспитать здоровую и свободную личность.

В программу встроены интерактивные технологии для создания атмосферы сотрудничества, диалога, взаимодействия:

- работа в парах: обсуждение, интервью с партнером, анализ продукта творческой деятельности партнера и др.;
- работа в малых группах: использование коллективного разума;
- «микрофон» дает возможность каждому высказать свою мысль или позицию, но не комментировать и не оценивать ответ, не перебивать, не выкрикивать – говорит только тот, у кого символический микрофон;
- дискуссии и дебаты (убедить других в правильном подходе своего решения);
- социально-ролевые игры, направленные на актуализацию невербальной системы взаимодействия людей, отработку модели управляемого конфликтного коммуникативного поведения, развитие свойств внимания, памяти, речи, способности воспринимать особенности различных психотипов людей в жизненных ситуациях.

## **7. Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Гарантия прав участников программы обеспечивается выполнением требований этического кодекса педагога-психолога службы практической психологии образования России. Реализация программы построена на следующих принципах:

1. Принцип компетентности (владение методологии, теории психологии и психодиагностики, практическими и методическими умениями и навыками);

2. Принцип саморазвития участников программы;
3. Принцип сотрудничества (готовность к согласованной, слаженной работе с коллегами, открытость, уважительное отношение к различиям во мнениях и подходах);
4. Принцип использования имеющегося положительного профессионального и жизненного опыта участников;
5. Принцип рефлексивности;
6. Принцип востребованности результатов участия в программе в практике;
7. Принцип эффективности рекомендаций предполагает, что они способствуют максимально эффективному достижению поставленной цели.

## **8. Сферы ответственности, основные права и обязанности участников программы**

Участники программы имеют право на: добровольное участие в программе, право отказаться от выполнения того или иного упражнения и программы в целом и уважительное отношение к себе и к другим.

Участники программы обязаны: не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы и соблюдать режим посещения занятий.

Основные права и обязанности педагога-психолога:

- организовать условия для проведения мероприятий программы;
- избегать причинения вреда и нести за свои действия ответственность;
- использовать методики, не представляющие опасности для психологического здоровья участников программы;
- психолог имеет право на свободу выбора методик и способов работы, соответствующих целям, задачам и логике программы.

## **9. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

Встречи с родителями проводит педагог-психолог образовательного учреждения, имеющие высшее профессиональное образование, обладающий опытом проведения групповых занятий со взрослыми с использованием интерактивных технологий.

Организационные условия:

- наборы предметов для каждой пары: суджок, резиновый массажный мячик, ребристые карандаши, косточки от счетов;
- проектор и экран для презентации по теме;
- музыкальное сопровождение: спокойная фоновая музыка, ритмичная, танцевальная музыка;
- буклеты с кинезиологическим комплексом упражнений для выполнения в условиях семьи; памятки, рекомендации (в соответствии с темой встречи);
- анкета для родителей с целью обратной связи по результатам проведения мастер-класса;
- стулья по количеству участников;
- письменные столы;
- мячи;
- ватман, карандаши, ручки, цветная бумага.

Для занятий необходимы: просторный зал, помещение кабинета психолога.

## **10. Сроки и этапы реализации программы**

Разработанная программа рассчитана на 6 месяцев по 2 встречи в месяц. Продолжительность каждой встречи 1–1,5 часа.

Мы начинаем работу с анкетирования «Сотрудничество детского сада и семьи». Методика А. Г. Агавелян, Е. Ю. Даниловой, О. Г. Чечулиной (Приложение № 1).

Разработали для себя критерий, назвали его «включенность» родителей в образовательный процесс.

После полученной информации, мы провели цикл мероприятий, способствующих достижению поставленных перед нами задач.

По завершению цикла встреч, замечено, что родители стали проявлять искренний интерес к жизни группы, научились выражать восхищение результатами и продуктами детской деятельности, эмоционально поддерживать своего ребенка.

Родители стали активнее посещать родительские собрания, участвовать в праздниках и развлечениях, проектной деятельности.

## **12. Ожидаемые результаты реализации программы:**

- повысится уровень педагогических и психологических знаний;
- уменьшение в родительской семье негативных стереотипов воспитания;
- скорректируются личностные проблемы и особенности родителя;
- снизится влияние проблемных семейных отношений между супругами на отношения родителя с ребенком.

## **13. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Проверка эффективности данной программы проводится до и после цикла организуемых встреч, анкетированием «Сотрудничество детского сада и семьи». Методика А. Г. Агавелян, Е. Ю. Даниловой, О. Г. Чечулиной. Внутренний контроль осуществляется администрацией образовательной организации.

## **14. Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Количественные критерии оценки эффективности реализации программы – по результатам анкетирования «Сотрудничество детского сада и семьи». Методика А. Г. Агавелян, Е. Ю. Даниловой, О. Г. Чечулиной. Качественные критерии – обратная связь участников программы (Приложение 12), наблюдения ведущего программу, отзывы руководителя.

## **15. Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации**

Апробация программы проводилась на базе МБДОУ «ДС № 479 г. Челябинска» в 2022-2023 учебном году. На сегодняшний день можно сказать, что у нас сложилась определенная система в работе с родителями. Построение

своей работы с плана изучения семьи, использование разнообразных методов и форм работы дало определенные результаты: родители из «зрителей» и «наблюдателей» стали активными участниками встреч и помощниками воспитателя, создана атмосфера взаимоуважения.

Анализ работы показывает, что позиция родителей, как и педагогов, стала более гибкой. Теперь они ощущают себя более компетентными в воспитании детей. Анализ совместных мероприятий и анкетирование родителей показывает: большая часть семей принимают активное участие в организации образовательной деятельности. Родители стали проявлять искренний интерес к жизни группы, научились выражать восхищение результатами и продуктами детской деятельности, эмоционально поддерживать своего ребенка. Родители посещают родительские собрания, активно участвуют в праздниках и развлечениях, проектной деятельности. Мы считаем, что данную программу «Школа счастливого родителя», можно рекомендовать для работы педагогам-психологам ДОУ.

### Список литературы

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? М.: АСТ, Астель, Харвест, 2008 г. (11)
2. Дерябо, С. Д., Ясвин, В. А. Гроссмейстер общения: Иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. М.: Изд. дом Мещерякова, 2008 г.
3. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет/ сост. Н. Д. Денисова. – Волгоград: Учитель, 2012 г.
4. Ермолаева, М. В. Психология развивающей и коррекционной работы с дошкольниками: учебно-методическое пособие. М: МПСИ, 1998 г.
5. Ключева, Н. В. Психолог и семья: диагностика. Консультации, тренинг. Ярославль: Академия Развития, 2001 г.
6. Зверева, О. Л. Методическая помощь воспитателям в подготовке к общению с родителями \ \ Управление ДОУ. 2002. № 4. С. 100–110.
7. Концепция дошкольного воспитания. Одобрена решением коллегии Государственного комитета СССР по народному образованию 16 июня 1989 г. №7/1.
8. Метенова, Н. М. Родителям о детях. Методические рекомендации.– Ярославль: Издательско-полиграфический комплекс «Индиго». 2010 г.
9. Метенова, Н. М. Родительские собрания. Часть 1. Методика проведения. Ярославль: Издательско-полиграфический комплекс «Индиго». 2011 г.
10. Монахова, А. Ю. Психолог и семья: активные методы взаимодействия. Ярославль: Академия Развития, 2002 г.
11. Сазонов, В. Ф., Кириллова, Л. П., Мосунов, О. П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ [Текст]. – Рязань, 2000.
12. Самоукина, Н. В. Игры, в которые играют. Дубна: Феникс, 2000 г.
13. Светлова, И. Развиваем мелкую моторику и координация движений рук. – М: Эксмо., 2006.

14. Сверчков, А. В. Организационно-педагогические условия формирования профессионально-педагогической культуры будущих спортивных педагогов / Сверчков А. В. // Молодой ученый. – 2009. – № 4.
15. Семушина, Л. Г. Борщанская, Б. Р., Красницкая, Г. И. Практикум по дошкольной педагогике. М: Просвещение, 1999 г.
16. Синельщикова, И. К. Применение методов кинезиологии в работе с воспитанниками и педагогами// журнал «Справочник педагог-психолога. Детский сад» [Текст], 5/2011.
17. Чиркова, С. В. Родительские собрания в детском саду. М: Вако., 2017 г.
18. Шанина, Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей. – М.. [Текст], 2000.
19. Семейный Кодекс Российской Федерации. Принят Государственной Думой 8 декабря 1995 г. В редакции Федеральных законов от 15 ноября 1997 г. № 140 – ФЗ, от 27 июня 1998 г. № 94 – ФЗ, от 2 января 2000 г. № 32 – ФЗ.
20. Хухлаева, О. В., Хухлаева, О. Е., Первушина, И. М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольника. 3-е изд. М.: Генезис, 2010 г.
21. [Электронный ресурс] /URL: <http://www.o-detstve.ru/> Портал «О детстве».
22. [Электронный ресурс] /URL: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2014/03/09/seminar-praktikum-dlya-roditeley-gotovimsya-k-shkole>
23. [Электронный ресурс] /URL:<http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2014/04/27/seminar-praktikum-dlya-roditeley-igraya-gotovimsya-k>.
24. [Электронный ресурс] / URL: <http://www.maam.ru/detskijsad/prezentacija-detskogo-alboma-nashi-razmyshljalki-o-shkole.html>.