

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города
Иркутска детский сад № 133 (МБДОУ г. Иркутска детский сад № 133)
664046, г. Иркутск, б. Постышева, 21 «а»,
Контактный телефон: 8(3952) 22-97-61,
Email: detskiisad133@yandex.ru

Отчет о проведении недели психологии

Тема недели «Я и мои эмоции»

педагог-психолог:

Алексеева Екатерина Сергеевна,

г. Иркутск, 2023г.

Введение

В период с 17.04.2023г. по 21.04.2023г. в МБДОУ Детский №133 прошла «Неделя психологии», тема недели «Я и мои эмоции».

Неделя психологии – это комплекс психологических мероприятий со всеми участниками образовательного процесса, направленный на повышение психологической грамотности родителей, воспитателей которая будет способствовать гармоничному развитию личности ребенка и общению с ним, а также на снятие эмоционального напряжения у детей и умение контактировать друг с другом.

Цели недели:

- сохранение положительного эмоционального состояния у детей;
- повысить уровень психологических знаний у родителей и педагогов в общении в общении с детьми и взрослыми.

Задачи недели:

- снятие эмоционального напряжения у детей;
- развитие эмоциональной сферы детей;
- сохранение положительного эмоционального состояния у детей;
- повысить уровень психологических знаний у родителей и педагогов.

Участники:

- педагог-психолог;
- педагоги;
- воспитанники (группы № 2, 12, 3, 6, 11)
- родители.

Календарно-тематическое содержание

№	Дата	Участники	Описание	Предполагаемый результат
1	17.04.2023 – понедельник	Подготовительная группа № 3,6, 11	1. Эмоции какие они? Упражнение «Я дарю тебе радость» 2. Игра «Немое кино»	Усвоение детьми навыков невербального общения. Способствование гармоничному развитию личности ребенка
2	18.04.2023 – вторник	Группа № 2 (ясли) и №12	1. Приветствие, игровая гимнастика «Ветерок» 2. Терапевтические сказки	Снятие эмоционального напряжения, развитие общего кругозора
		Педагоги (все группы)	1. Тренинг «Конфликты» (разбор ситуаций). 2. Анкетирование	Усвоение педагогами способов предотвращения и решения конфликтов
3	19.04.2023 – среда	Подготовительная группа № 3,6, 11	1. Нарисуй свое настроение. 2. Творческая деятельность «Букет радости» 3. Терапевтическая сказка про обиду и грусть. (беседа если твой друг грустный...), «Если ты грустный...», «Если мама или папа грустный...».	Создание благоприятной атмосферы пребывания детей в ДОУ. Умение рассуждать об эмоциональном состоянии других
4	20.04.2023 – четверг	Группа № 12 (2-я младшая)	1. Терапевтические сказки, пальчиковый театр 2. Упражнение «Раскрась смайлик»	Снятие эмоционального напряжения, комфортно пребывание в ДОУ
		Группа № 2 (ясли)	1. кукольный театр «Удивительный мир»	
		Родители, педагоги	1. Как перестать кричать и начать конструктивно договариваться (лекция – практи-	Усвоение родителями способов предотвращения и решения конфликтов.

			<p>кум: Конфликт с детьми, бабушками, дедушками – это норма или нет? Почему мы кричим? Как остановиться?</p> <p>2. Анкетирование «Я и мой ребенок»</p>	
5	21.04.2023 – пятница	Подготовительная группа № 3,6, 11	Игра «Лото эмоций»	Закрепление полученных знаний

Количество детей, принявших участие	107 человек
Количество родителей	Анкетирование – 85 чел., Практикум -32 чел.
Количество педагогов	Анкетирование – 19 чел., Практикум -7 чел
Общее количество участников	250 чел.
Число мероприятий для детей	Подготовительные группы – 3; Ясли, вторая младшая – 2
Число мероприятий для родителей	1
Число мероприятий для педагогов	1

Понедельник (17.04.2023)

Участники: Подготовительные группы № 3, 6, 11.

Тема: «Мои эмоции»

Цель занятия: развитие познавательных процессов.

Задачи:

1. Развитие свойств внимания (устойчивости, переключения, концентрации).
2. Развитие видов внимания (слухового, зрительного).
3. Развитие наблюдательности.
4. Развитие мышления.
5. Формирование у детей чувства единения, сплочения.
6. Развитие эмоционального интеллекта.

Формы и приемы работы: коллективная

Раздаточный материал: карточки, цветные карандаши, цветная бумага.

Ход занятия:

Приветствие.

Беседа с детьми на тему: «Наши эмоции». Какие эмоции знаете?

Упражнение «Я дарю тебе радость». Дети садятся в круг и передают мяч друг другу со словами «Я дарю тебе... (например улыбку)»

Игра «Немое кино». Дети были поделены на группы, где каждая группа показывала свою историю не вербально, а другие группы должны описать про, что эта история.

Рефлексия

Ребята, что интересного вы узнали сегодня? Понравилось вам наше занятие? (Ответы детей). Что именно понравилось?

Упражнение 3 «До свидания»

Вторник (18.04.2023)

Участники: Группа №2 (ясли)

Тема занятий: «Удивительный мир»

Цели занятия: Сплочение коллектива, создание эмоционально комфортных условий, развитие познавательных процессов и эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
2. Развитие видов внимания (слухового, зрительного).
3. Развитие наблюдательности.
4. Развитие мышления, речи, воображения.
5. Формирование у детей чувства единения, сплочения, умения выполнять действия совместно.

Формы и приемы работы: коллективная

Ход занятия:

Приветствие. Кукольный театр

Гимнастика «Ветерок»

Терапевтическая сказка: «Сон колобка»

Жил у бабушки и дедушки Колобок. Он был послушным, а потому никуда не убежал от них. Каждое утро Колобок катился по дорожке в детский сад. Там он играл с друзьями, веселился, пел всем свою любимую песенку о себе, а когда вечером он возвращался назад к бабушке и дедушке, то всегда говорил им, что интересного произошло с ним сегодня в саду. Все нравилось Колобку в детском саду, кроме одного — он не мог лечь в обед в саду спать: плакал, капризничал, долго не мог заснуть, даже пробовал скатываться с кровати и пытался покатиться из садика домой к бабушке и дедушке. Но однажды его воспитательница — Лисичка, вовремя успела остановить его на пороге детского сада и принести его обратно в группу. Она положила Колобка назад в удобную кроватку, укрыла его теплым одеялом и спросила. — Почему ты, Колобок, не любишь спать в саду? — Потому что это так грустно, лежать в кроватке с закрытыми глазами и ничего не видеть. Это так не интересно! — А ты не просто лежи, а попробуй заснуть, чтобы увидеть интересные сны! — Ласково сказала Лисичка. — Сны? Я не знаю, что такое сны. Они мне никогда не снятся. — Ложись удобнее, и я научу тебя видеть сны ... — сказала Лисичка. Тогда воспитательница Лисичка посоветовала Колобку не просто лежать в кроватке с закрытыми глазками, а расслабиться, почувствовать какая теплая и удобная у него кроватка и попробовать помечтать о чем-то приятном. Колобок закрыл глазки и попытался сделать все так, как ему сказала Лисичка. И произошло чудо — он заснул и увидел хороший сон. Ему приснился веселый зайчик, который прыгал с ним, потом Волк играл с ним в игру «Догони меня» — и им было очень весело, потом Мишка танце-

вал с ним под радостную, веселую музыку. А еще Колобку приснилась его воспитательница Лисичка, в его сне она была такая же добрая и приветливая, как и на яву. Она играла с ним в прятки. А потом Колобок со всеми животными: зайчиком, волком, мышкой и воспитательницей Лисичкой взялись за ручки и по кругу заплясали веселый хоровод. Вот такой хороший сон увидел Колобок. Когда он проснулся — у него был веселый и бодрый настрой. Он сразу рассказал воспитательнице и всем зверям в саду свой увлекательный сон. С тех пор, Колобок с нетерпением ждал обеда в детском саду, чтобы увидеть новый интересный сон.

Зайчик в детском саду

В сказочном лесу жила мама Зайчиха и была она самая счастливая на свете, ведь у нее родился маленький зайчонок. Она назвала его Пушистик. Мама очень любила своего зайчика, ни на минуту не отходила от него, гуляла, играла с ним, кормила его вкусной капустой, яблочком, а когда он начал плакать, мама вместо пустышки давала ему сочную морковку, и зайчонок успокаивался. Прошло время и Пушистик подрос. Мама решила отвести его в лесной детский сад, в который ходили все маленькие звери этого леса. И вот, однажды, мама привела своего зайчика в детский сад. Пушистик расплакался, ему было страшно и грустно без мамы, он не хотел там оставаться. К нашему зайчику подошла воспитательница, рыженькая Белочка. Она была хорошая и очень любила всех маленьких лесных зверьков. Белочка взяла его на ручки и нежно прижала его к своей пушистой, меховой шубке. Воспитательница пожалела, успокоила зайчика и познакомила его с другими зверушками, которые ходили в детский сад. Она познакомила его с маленькой веселой лисичкой, добрым мышкой, дружелюбным ежиком и другими зверушками. Все зверушки очень обрадовались, что в их лесном саду появился новенький — зайчик. Они начали играть вместе с ним в игры, гуляли на зеленой лужайке, потом поели, отдохнули в кроватках. И вот за зайчиком пришла мама, чтобы забрать его домой. Как же она обрадовалась, когда увидела, что ее зайчик не плачет, а весело играет в саду! Пушистик всю дорогу домой рассказывал маме, с кем он познакомился в саду, и как интересно и весело ему было играть с новыми друзьями. Мама гордилась своим зайчиком и радовалась тому, что Пушистик понял, что плакать в детском саду не стоит, потому что там совсем не страшно, а наоборот весело и интересно.

Упражнение 3 «До свидания»

Тренинг «Конфликты»

Участники: педагоги

Разыгрываются три различных ситуации где неправ:

1. педагог;
2. родитель;
3. администрация ДОУ.

В процессе разбора конфликтных ситуациях показываются способы как решить возникшую ситуацию и как можно предотвратить конфликтное общение.

Среда (19.04.2023)

Участники: Подготовительные группы № 3, 6, 11.

Тема: «Нарисуй свое настроение»

Цель занятия: развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Развитие свойств внимания (устойчивости, переключения, концентрации).
2. Развитие видов внимания (слухового, зрительного).
3. Развитие наблюдательности.
4. Развитие мышления.
5. Формирование у детей чувства единения, сплочения.
6. Развитие эмоционального интеллекта.

Формы и приемы работы: коллективная

Раздаточный материал: карточки, цветные карандаши, цветная и белая бумага.

Ход занятия:

Приветствие.

Беседа с детьми на тему: «Какое у тебя сегодня настроение?»

Упражнение «Нарисуй свое настроение»

Творческая деятельность «Букет радости» изготовление букета из салфеток и цветной бумаги.

Терапевтическая сказка про обиду и грусть. (беседа если твой друг грустный...», «Если ты грустный...», «Если мама или папа грустный...».

История про Обидок и Грустинок

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

«Жили-были на свете две подружки: Обида и Грустинка. Они всегда ходили вместе и искали себе друзей. Обида выглядела ...

Как?

Обида была зелёного цвета, очень пушистая, а ладошки у неё были липкими, поэтому она могла приклеиться к прохожим. Грустинка выглядела...

Как?

Грустинка была синяя с красным носиком и очень худенькими ножками. Её часто уносило ветром, но на лапках у Грустинки были присоски, с помощью которых она цеплялась за все, что попадалось на пути.

Ты сегодня выходил на улицу? Вот, там они к тебе и прилипли. Я даже вижу их. Обида сидит у тебя на левом плече, а Грустинка - на правом. Давай их снимем, и пусть они летят дальше. Психолог в комической форме начинает снимать Обиду и Грустинку, делая вид, что ему очень трудно это сделать».

Параллельно с рассказом рисовать этих героев на листе бумаги яркими карандашами. Затем вместе с ребёнком можно их вырезать по контуру и поиграть с ними, «посадить» на плечи, потом снять их, положить в коробочку отдохнуть и т.п.

Рефлексия

Ребята, что интересного вы узнали сегодня? Понравилось вам наше занятие? (Ответы детей). Что именно понравилось?

Упражнение 3 «До свидания»

Четверг (20.04.2023)

Группа № 12 (2-я младшая) и № 2 (ясли)

Тема занятий: «Удивительный мир эмоций»

Цели занятия: Сплочение коллектива, создание эмоционально комфортных условий, развитие познавательных процессов и эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
2. Развитие видов внимания (слухового, зрительного).
3. Формирование у детей чувства единения, сплочения, умения выполнять действия совместно.

Формы и приемы работы: коллективная

Ход занятия:

Приветствие. Кукольный театр «Удивительный мир эмоций»

Гимнастика «Ветерок»

Упражнение «раскрась смайлик»

Терапевтическая сказка «зайчик»

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг – Барсучонок.

И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Не когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска вдруг сломалась, и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом, вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!» И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

Вопросы

Почему Зайчонку было плохо и грустно? Какое правило запомнил Зайчонок?
Согласен ли ты с ним?



«Как перестать кричать и начать конструктивно договариваться»

Что такое конфликт? Конфликт с детьми, бабушками, дедушками – это норма или нет? Почему мы кричим? Крик – вина – обиды – слезы – крик. Как остановиться? Эффективные техники.

Лекция-практикум «Как перестать кричать и начать конструктивно договариваться»

Участники: родители

Конфликт с детьми, бабушками, дедушками – это норма или нет? Почему мы кричим? Как остановиться?

Предполагаемый результат: Усвоение родителями способов предотвращения и решения конфликтов.

УЧИМСЯ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ (воспитание через общение)

Правила успеха

1. Самодисциплина (запись веду каждый день в течение недели)
2. Абсолютная честность (честность с самим собой)
3. Ответственность (я несу ответственность за успех общения)
4. Отсутствие самокритики (акцент на том, где получилось общение)
5. Осознанность (зачем я это делаю, цель)

Цель: общение с ребенком без эмоционального напряжения!

Девиз: Вижу цель. Не вижу препятствий!

Дата	2 ноября
Ситуация общения с ребенком	Ситуация 1 (общение утром) Ситуация 2 (общение в течение дня) Ситуация 3 (общение вечером)
Что я чувствую во время общения?	
Что я говорю?	
О чем я думаю во время общения?	
Цель моего общения? Зачем?	
Что говорит мой ребенок?	
Что он чувствует во время общения?	
Кто первый начал общение?	
Какой результат общения?	
Что мне понравилось в общении?	

Пятница (21.04.2023)

Участники: подготовительные группы № 3, 6,11.

Тема: «Лото эмоций»

Цель занятия: развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

1. Развитие внимания (устойчивости, переключения, концентрации).
2. Развитие мышления.
3. Формирование у детей чувства единения, сплочения.
4. Развитие эмоционального интеллекта.

Формы и приемы работы: коллективная

Раздаточный материал: карточки.

Ход занятия:

Приветствие.

Беседа-повторение с детьми на тему: «Эмоции»

Игра «Лото эмоций»

Фотоотчет



















