

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Иркутска детский сад №151

Программа наставничества  
**Психологическая профилактика эмоциональных нарушений у  
воспитанников**

**Авторы:**

Майданович Наталия Васильевна, педагог – психолог

Филимонова Инга Алексеевна, педагог – психолог

Захарова Александра Игоревна, методист

<b>Место реализации программы</b>	
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Иркутска детский сад №151	
<b>Сроки реализации</b>	
2020-2022 учебный год	
<b>Авторы / разработчики</b>	
Майданович Наталия Васильевна, педагог – психолог, стаж педагогической деятельности – 12 лет, стаж наставнической деятельности 2 года Филимонова Инга Алексеевна, педагог – психолог, стаж педагогической деятельности – 10 лет, стаж наставнической деятельности 2 года	
<b>Актуальность реализации программы наставничества</b>	
<p>Одной из основных задач взрослого при обучении и воспитании ребенка является сохранение и укрепление его здоровья, в том числе психологического здоровья и эмоциональной сферы личности.</p> <p>Загруженность большинства современных родителей приводит к снижению непосредственного общения с детьми, когда родители вместо совместных игр, творчества, чтения и бесед заменяют общением ребенка с гаджетами и ТВ. Таким образом у дошкольников снижается или утрачивается возможность формирования субъектно – субъектных отношений в кругу семьи.</p> <p>Особенностью расположения нашей образовательной организации в центральной / торговой части города является временное нахождение воспитанников в контингенте ДООУ, в связи с получением мест в спальных районах города, сменой места жительства и тд. Так в группах старшего дошкольного возраста остро возникает вопрос коммуникации и эмоционального комфорта в процессе обучения и воспитания.</p> <p>Мы диагностировали актуальные эмоциональные состояния в группах детей старшего дошкольного возраста. Результаты диагностического обследования показали, что наиболее выраженными проблемами являются: нарушение коммуникативных навыков, повышенная тревожность, приводящая к агрессивности; отмечается заниженная самооценка. Подобные проявления затрудняют контакты ребенка со сверстниками, что выражено дефицитом коммуникативных навыков и замедлением процесса социальной адаптации. Когда данные проявления становятся причиной конфликтов между детьми, родителями, а также ложатся дополнительной психоэмоциональной нагрузкой на педагога, возникает необходимость в психологической коррекции участников образовательных отношений. С целью снижения всех вышеперечисленных факторов нами была сформулирована практика профилактики эмоциональных нарушений у воспитанников</p>	
<b>Цель, задачи практики</b>	<b>Ожидаемые результаты</b>
<p>Основная цель - охрана и укрепление психологического здоровья детей, и их эмоционального благополучия.</p> <p>Задачами работы педагога-психолога в рамках сопровождения являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать самопознанию ребенка через понимание своей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- снижение тревожности у участников образовательных отношений</li> <li>- формирование навыка приемлемого выражения агрессии и выхода из конфликтной ситуации</li> </ul>

<p>индивидуальности и своего внутреннего мира;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание социокультурной среды, в соответствии возрастным, индивидуальным, психологическим особенностям детей;</li> <li>• Развитие толерантности;</li> <li>• Обучение навыкам самоконтроля, релаксации и саморегуляции;</li> <li>• Развитие навыков вербальной и невербальной коммуникации.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование интереса к собственным эмоциям и их проявлениям</li> <li>- обучение навыкам самоконтроля, релаксации и саморегуляции</li> <li>- формирование здоровой самооценки детей старшего дошкольного возраста</li> <li>- развитие коммуникативных навыков старших дошкольников</li> <li>- формирование благоприятной психологической обстановки обучения и воспитания детей дошкольного возраста.</li> </ul>
--	---

**Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации программы**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" с изменениями и дополнениями
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ № 1155 от 17.10.2013 г. с изменениями и дополнениями
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения ФООП, утвержденным приказом Минпросвещения РФ от 30.09.2022 г № 874 (зарегистрирован Минюстиции РФ 02.11.2022 г № 70809)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Устав МБДОУ г. Иркутска детского сада № 151 зарегистрирован в Межрайонной ИФНС России №17 по Иркутской области 08.05.2015 года
- Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ г. Иркутска детского сада №151

**Описание этапов наставничества**

**Первый этап: «диагностика эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста».**

Мы диагностировали актуальные эмоциональные состояния в группе детей старшего дошкольного возраста. Использовались следующие методики: тест тревожности Р. Теммла, М. Дорки, В. Амен, проективная методика Дж. Бука «Дом - дерево - человек», методика «Сюжетные картинки» (И.Б. Дерманова). При обработке полученных данных, после проведенного диагностического исследования эмоциональных состояний детей старшего дошкольного возраста, мы опирались на понимание эмоционального содержания, тревожность и коммуникативные навыки детей.

По результатам методик средний уровень составил 53%, низкий уровень 30% и высокий 17%. Доминирующим оказался средний уровень 53%.

У детей с высоким уровнем 17% развития эмоционального состояния, хорошо развито понимание эмоциональных состояний других людей, со всеми заданиями они справились отлично.

Средний уровень 53% характеризуется, что у детей достаточно развито понимание эмоциональных состояний.

Низкий уровень 30% характеризуется, не достаточно развито понимание эмоциональных состояний.

Обобщая данные результатов, можно констатировать, что у детей преобладает средний и низкий уровень, что говорит о значимости исследования, его актуальности и необходимости проведения коррекционной и последующей профилактической работы с детьми.

### **Второй этап: «Комплекс тематических занятий»**

Для реализации поставленных задач необходима комплексная работа. Занятия первого раздела направлены на знакомство с эмоциями. Занятия второго раздела направлены на снятие тревожности. Занятие третьего раздела направлено на развитие коммуникативных навыков. Кроме привычных занятий педагогами – психологами было принято решение о проведении тренингов с детьми подготовительных к школе групп. Тренинги проводились 1 раз в неделю.

Практика психологической профилактики эмоциональных нарушений у воспитанников состоит из трех разделов.

#### **1. знакомство с эмоциями.**

Развитие детей по направлениям:

- представление о языке эмоций как знаках, подаваемых человеком о себе;
- знания о средствах выражения различных эмоциональных состояний;
- понимание ребенком значения эмоциональной окраски слова, его значения в процессе общения, а также того, как влияют отрицательные эмоции на состояние самого человека и других людей;
- умение регулировать свои отрицательные эмоции.

Задачи данного этапа - формирование нравственного поведения в повседневной жизни. Дать понятие детям о парных качествах (добрый - злой). Формировать положительные черты характера. Обогащение набора способов регулирования эмоциональных реакций в зависимости от обстоятельств.

#### **2. снятие тревожности.**

Задачи данного этапа - способствовать преодолению психологических барьеров, мешающих самовыражению. Снятие психологического и мышечного напряжения. Формирование навыков поведения и управления собственным состоянием.

#### **3. развитие коммуникативных навыков.**

Задачи данного этапа - обучение этически ценным формам и способам поведения во взаимоотношениях с другими людьми, способам разрешения конфликтов, формирование умения устанавливать контакты, сотрудничать. Раскрытие внутреннего мира ребенка, умения в адекватной форме делиться своими эмоциями. Обеспечение чувства психологической защищенности.

### **Третий этап: контрольная диагностика.**

Для подтверждения эффективности апробированной практики психологической профилактики эмоциональных нарушений у детей старшего

дошкольного возраста была проведена итоговая диагностика. Она позволила нам выделить качественные и количественные показатели эффективности комплекса развивающих занятий.

Кроме того нами были обобщены все имеющиеся материалы по теме. А также начата конкурсная деятельность по имеющимся материалам и распространение опыта среди коллег.

### **Результаты программы**

Средний уровень на первом этапе составил 53% детей, на контрольном этапе составил 50% детей. Характеризуется, что у детей достаточно развиты представления о эмоциональных состояниях людей. Дети научились регулировать свои эмоции, научились саморегуляции, умеют применять конструктивные способы решения конфликтных ситуаций.

Низкий уровень на первом этапе составил 30% детей, на контрольном этапе составил 15% детей. Характеризуется, не достаточным развитием представления о языке эмоций, дети не умеют регулировать свои отрицательные эмоции. У детей не получается преодолеть свои психологические барьеры, не умеют устанавливать контакты и сотрудничать с партнером.

Высокий уровень на первом этапе составлял 17%, на контрольном этапе 35%. Дети имеют обширные представления об эмоциональных состояниях, умеют конструктивно решать конфликтные ситуации, умеют владеть собственным поведением и управляют собственным состоянием.

Как видим, полученные данные свидетельствуют об эффективности проведенного комплекса занятий. Полученные оценки также свидетельствуют о значимости проведенных занятий.

Среди значимых событий можно отметить:

- проведена неделя психологии для воспитанников и их семей,
- разработаны электронные игры для детей, которые могут быть использованы педагогами и родителями,
- подобраны и сформированы в комплект упражнения и занятия с детьми старшего дошкольного возраста,
- подобраны и сформированы консультационные материалы для педагогов, для родителей дошкольников по профилактике психоэмоциональных нарушений и развитию коммуникативных навыков, рекомендации по изменению образовательного пространства группы детского сада и игрового пространства в домашних условиях.
- разработан и реализован проект «Социально – эмоциональное воспитание дошкольников»

Результаты работы по практике представлены на сайте ОО: [МБДОУ г. Иркутска детский сад №151, Rused - Единая сеть образовательных учреждений.](#)