

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ИРКУТСКА
ДЕТСКИЙ САД № 80 (МБДОУ г. Иркутска детский сад № 80)**

**664001 г. Иркутск, улица Николаева, 8 а, тел./факс 77-86-37
ds80irk@yandex.ru ИНН/КПП 3809023889/384901001**

Неделя психологии в детском саду

«Скажем стрессу - нет!»

Составитель:

Кондюрина Т.В., педагог-психолог

Иркутск, 2023г

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Паспорт проекта.....	4
3	План мероприятий	5
4	Приложения.....	7

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Проблема управления стрессом очень актуальна в современном обществе. Стресс сопровождает человека повсеместно: детский сад, школа, работа, отношения в семье и с окружающими. Современный человек живёт в мире конкуренции и колоссального информационного потока. Практически ежедневно каждый человек испытывает стресс. В связи с этим знания о способах борьбы с ним необходимы для сохранения психического и физического здоровья.

Цели и задачи проекта

Цель: активизация совместной деятельности всех участников образовательного процесса: дети, педагоги, родители; формирование стрессоустойчивости у детей и взрослых.

Задачи:

- освоение способов управления своим эмоциональным состоянием;
- снятие психоэмоционального напряжения и отреагирование актуальных эмоций и чувств;
- создание комфортной психологической атмосферы в детском саду;
- привлечение внимания к профессиональной деятельности психолога ДОУ;
- формирование интереса взрослых к миру ребёнка, стремление помогать ему в индивидуально-личностном развитии;
- психологическое просвещение родителей и педагогов ДОУ.

Планируемые результаты

- дети и взрослые владеют способами управления своим эмоциональным состоянием;
- появление интереса к деятельности педагога-психолога ДОУ;

- вовлеченность родителей в жизнь детского сада;
- повышение уровня информированности родителей об особенностях развития детей.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Автор проекта	Кондюрина Т.В., педагог-психолог
Полное наименование проекта	Неделя психологии в детском саду: «Скажем стрессу-нет!»
Цель проекта	активизация совместной деятельности всех участников образовательного процесса: дети, педагоги, родители; формирование стрессоустойчивости у детей и взрослых.
Сроки	Краткосрочный – 1 неделя
Участники	Дети; родители; педагоги.
Тип проекта	Информационно-практико-ориентированный
По территории реализации	Внутренний, так как проект реализуется внутри дошкольного учреждения
Этапы реализации проекта	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовительный; • Практический; • Аналитико-рефлексивный.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

Мероприятие	Сроки проведения	Цель мероприятия	Участники	Место проведения	Ответственный
<p>1.Распространение объявления о недели психологии в детском саду.</p> <p>2.Психологическая акция «Смайлики любви».</p> <p>3. 9.00 Игровой тренинг «Котята» гр.6(младшая)</p> <p>4.15.30 Игровой тренинг «Скажем стрессу-нет» гр.4(подготовительная)</p>	<p style="text-align: center;">20.11.2023</p>	<p>1.Информирование родителей и педагогов о проведении недели психологии.</p> <p>2.Создание позитивного эмоционального настроения родителей и детей. Гармонизация детско-родительских отношений.</p> <p>3.Снятие мышечного напряжения, развитие умения выражать эмоции.</p>	<p>Педагог-психолог, педагоги, родители</p>	<p style="text-align: center;">Группы</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>1.Стендовая информация «Про стресс у детей»</p> <p>2.Создание коллажа «Способы борьбы со стрессом»</p> <p>3. 10.20 Игровой тренинг с детьми.</p>	<p style="text-align: center;">21.11.2023</p>	<p>1.Повышение психологической компетентности родителей в вопросах воспитания и развития детей.</p> <p>2.Создание копилки способов, позволяющих снять стресс.</p>	<p>Родители, педагоги Дети средней группы</p>	<p>Раздевалки в группах, сайт детского сада, социальные сети</p>	<p>Педагог-психолог, воспитатели</p>

гр.№1 (подготовительная) 4.15.30 гр. №3(старшая)					
1.Тренинг с педагогами «Расслабляемся вместе» 2.Стендовая информация для педагогов «Как снизить стресс?» 3.Детско-родительский тренинг «Мы вместе»	22.11.2023	Профилактика стрессового состояния. Обучение педагогов способом справляться со стрессом и негативными эмоциями. Формирование доверительных детско-родительских отношений	Педагоги, Родители, дети.	Музыкальный зал	Педагог-психолог,
Игровой тренинг с детьми 1.15.30 гр.№5 (старшая) 2. 10.00.гр №2 (средняя)	23.11.2023	Обеспечение детям психологической разгрузки, снижение эмоционального следствия возможного стресса.	Дети	Группы	Педагог-психолог
1.Психологическая акция «Смайлики любви».	24.11.2023	Создание позитивного эмоционального настроения родителей и детей. Гармонизация детско-родительских отношений.	Родители, дети, педагоги	Группы	Педагог-психолог

2.Подведение итогов недели психологии в детском саду.		Написание отчёта о проведённом мероприятии. Публикация фотографий на сайте ДОУ.			
---	--	---	--	--	--