

Министерство образования и науки Самарской области

Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования Самарской области  
«Региональный социопсихологический центр»

## **ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И АДАПТАЦИИ**

**Сборник программ  
победителей и лауреатов областного конкурса  
психолого-педагогических программ (технологий)  
2023 года**

**Самара  
2023**

**УДК 159.9**

**ББК 74.3**

**П 86**

Печатается в соответствии с государственным заданием министерства образования и науки Самарской области ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» на 2023 год и результатами областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации».

**П 86** Психология развития и адаптации: сборник программ победителей и лауреатов областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) 2023 года. — Самара: ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр», 2023. — С. 141.

В сборнике представлены аннотации программ победителей и лауреатов областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации», состоявшегося в 2023 году. Данные программы были апробированы и в настоящее время успешно реализуются в образовательных учреждениях Самарской области.

Сборник адресован психологам, педагогам, специалистам служб практической психологии образования, руководителям образовательных учреждений, студентам факультетов психологии и педагогики, всем тем, кто интересуется состоянием современного образования.

© Авторы-составители, 2023

© ГБУ ДПО «Региональный  
социопсихологический центр», 2023

## Оглавление

Предисловие .....	4
Профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста» .....	11
Профилактическая психолого-педагогическая программа «Точка равновесия» .....	28
Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, «Счастливый родитель» .....	43
Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа для детей старшего дошкольного возраста «Играем, размышляем, развиваемся!» .....	54
Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций»	69
Программа развития самооценки и повышения уверенности в себе «Любимый Я»	80
Психолого-педагогическая программа «Юный медиатор» .....	91
Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Школа подготовки» для детей 6–7 лет с ТНР .....	101
Коррекционно-развивающая программа «Гном и его разноцветный дом» по развитию и коррекции когнитивной и эмоциональной сфер детей 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи.....	115
Коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста «Танец маленького утенка» .....	122
Программа по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольных образовательных учреждениях «Мы вместе» .....	128

## Предисловие

Областной конкурс психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» ежегодно проводится государственным бюджетным учреждением дополнительного профессионального образования Самарской области «Региональный социопсихологический центр» (далее — Центр) при поддержке Министерства образования и науки Самарской области с целью повышения качества реализуемых в образовательных учреждениях Самарской области психолого-педагогических программ развития и адаптации обучающихся и воспитанников.

Психолого-педагогические программы представляют собой комплексы взаимосвязанных психолого-педагогических мероприятий, направленных на достижение целей обучения, воспитания и развития, реализация которых ограничена конкретными временными рамками. В конкурсе приняли участие авторские психолого-педагогические программы, апробированные в образовательных учреждениях Самарской области и имеющие положительный отзыв администрации образовательного учреждения, на базе которого проводилась апробация. В соответствии с Положением Конкурсе психолого-педагогических программ были определены следующие номинации:

1. *Профилактические психолого-педагогические программы* – программы и технологии, обеспечивающие создание благоприятных условий образовательной среды, направленные на предупреждение психологических трудностей в развитии и социальной адаптации, психологического неблагополучия обучающихся и воспитанников, формирование и поддержание здорового образа жизни обучающихся, развития личностных ресурсов, системы убеждений и ценностно-смысловых установок, повышение психологической защищенности, проработку психологической травмы.

2. *Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся* – психолого-педагогические программы и технологии помощи обучающимся, воспитанникам, испытывающим трудности в обучении,

развитии и социальной адаптации; коррекции развития обучающихся, воспитанников, обеспечивающие развитие у них навыков неконфликтного взаимодействия, эмпатии, формирование новых жизненных установок и системы ценностных ориентаций; коррекции эмоциональной сферы личности, деструктивных форм поведения и обучение новым способам взаимодействия.

3. *Программы коррекционно-развивающей работы* – психолого-педагогические программы и технологии, направленные на создание психологических ресурсов для обеспечения благоприятной инклюзивной среды образовательной организации, специальных образовательных условий и психологическое сопровождение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

4. *Развивающие психолого-педагогические программы* – программы и технологии, направленные на раскрытие внутренних (когнитивных, аффективных, регулятивных) ресурсов обучающихся, воспитанников, в том числе нуждающихся в особом внимании в связи с высоким риском уязвимости, предусматривающие психологическое обеспечение действий педагогов и родителей в вопросах организации образовательного процесса.

5. *Образовательные (просветительские) психолого-педагогические программы* – психолого-педагогические программы и технологии, обеспечивающие просвещение населения, повышение уровня психологической культуры и психологической компетентности обучающихся, воспитанников, их родителей (законных представителей), педагогов.

6. *Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами*, которые направлены на повышение психологической грамотности педагогических коллективов, развитие их профессиональных ресурсов, навыков командного взаимодействия и психологического благополучия.

На основании Распоряжения МОиН СО от 03.02.2023 г. № 150-р оценка представленных на конкурс программ была проведена Экспертным советом. В состав Экспертного совета вошли ведущие ученые и практики в сфере психологии образования Самарской области:

Клюева Татьяна Николаевна, кандидат психологических наук, директор Центра (председатель Экспертного совета);

Азарова Светлана Георгиевна, методист высшей категории методического отдела Центра, педагог-психолог высшей категории.

Ахрямкина Тамара Александровна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической и прикладной психологии, ученый секретарь Ученого Совета Самарского филиала Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский городской педагогический университет»;

Бочкова Виолетта Владимировна, начальник отдела психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса образовательных учреждений городского округа Тольятти Центра, методист высшей категории, педагог-психолог;

Герасименко Ольга Сергеевна, директор государственного бюджетного учреждения — центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи муниципального района Борский Самарской области, педагог-психолог высшей категории;

Гудзовская Алла Анатольевна, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник государственного бюджетного нетипового общеобразовательного учреждения Самарской области «Академия для одаренных детей (Наяновой)»;

Дынникова Ирина Васильевна, педагог-психолог высшей категории, методист государственного бюджетного учреждения — центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи муниципального района Безенчукский Самарской области;

Жадаева Светлана Викторовна, начальник отдела психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса образовательных учреждений Самарской области Центра, методист;

Иванова Светлана Владимировна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и цифровой дидактики Федерального государственного

бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, доцент;

Илюхина Наталья Валерьевна, заместитель директора по учебно-методической работе РСПЦ, педагог-психолог высшей категории;

Карамаева Любовь Александровна, кандидат психологических наук, заместитель директора по научной работе Центра;

Кормухина Евгения Владимировна, начальник методического отдела Центра, методист высшей категории, педагог-психолог;

Корноухова Валентина Аркадьевна, заместитель директора муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Психолого-педагогический центр «Помощь» городского округа Самара», педагог-психолог высшей категории;

Мышкина Марина Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии Самарского национального исследовательского университета им. академика С.П. Королёва;

Педан Людмила Александровна, методист высшей категории кафедры социально-гуманитарных наук Центра;

Порунова Наталья Владимировна, начальник отдела психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса образовательных учреждений городского округа Самара Центра, методист высшей категории;

Савостьянов Юрий Борисович, начальник отдела психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса образовательных учреждений городского округа Самара Центра, методист;

Семенова Юлия Владимировна, педагог-психолог государственного бюджетного учреждения – центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи муниципального района Борский Самарской области;

Сергиенко Татьяна Петровна, директор муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр «Поддержка детства» городского округа Самара;

Смолякова Инна Викторовна, педагог-психолог высшей категории структурного подразделения детский сад «Золотой петушок» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №2 с углубленным изучением отдельных предметов пгт Усть-Кинельский городского округа Кинель;

Чернова Елена Евгеньевна, начальник отдела психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса образовательных учреждений городского округа Тольятти Центра, педагог-психолог высшей категории, методист;

Шехтман Ирина Вячеславовна, педагог-психолог высшей категории, методист муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Центр информационных технологий» городского округа Тольятти.

По итогам областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года определены программы, ставшие победителями и лауреатами.

В номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» 2-е место присуждено двум программам: Просветительской психолого-педагогической программе «Искусство общения для младшего подросткового возраста» (авторы-составители Попкова Елена Викторовна, Пронина Лариса Викторовна) и Профилактической психолого-педагогической программе «Точка равновесия» (автор-составитель Пивцова Татьяна Николаевна).

В номинации «Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся» 3-е место присуждено Коррекционно-развивающей психолого-педагогической программе для детей старшего дошкольного возраста «Играем, размышляем, развиваемся!» (автор-составитель Майорова Наталья Владимировна).

В номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» 3-е место присуждено Коррекционно-развивающей психолого-педагогической программе «Школа подготовки» (автор-составитель Евсеева Елена Николаевна). Лауреатами конкурса признаны Коррекционно-развивающая программа «Гном и его

разноцветный дом» по развитию и коррекции когнитивной и эмоциональной сфер детей 6-7 лет с тяжелыми нарушениями речи (авторы-составители Отводенкова Эльвира Витальевна, Назарова Ольга Борисовна, Дрожжина Юлия Сергеевна) и Коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста «Танец маленького утенка» (автор-составитель Бокарева Ирина Александровна).

В номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» 1-е место присуждено Развивающей психолого-педагогической программе

«Разноцветный мир эмоций» (авторы-составители Кирсанова Татьяна Витальевна, Буравлева Ася Ниязовна, Строкова Ольга Николаевна, Иванцова Галина Анатольевна, Таймолкина Елена Евгеньевна). Лауреатами конкурса признаны Программа развития самооценки и повышения уверенности в себе «Любимый Я» (автор-составитель Сердобольская Елена Александровна) и Психолого-педагогическая программа «Юный медиатор» (автор-составитель Никашина Наталья Андреевна).

В номинации «Образовательные психолого-педагогические программы» 1-е место присуждено Образовательной (просветительской) психолого-педагогической программе психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья «Счастливый родитель» (автор-составитель Варламова Лариса Николаевна).

В номинации «Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами» 3-е место присуждено Программе по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольных образовательных учреждениях «Мы вместе» «Мы вместе» (автор-составитель Гусарова Наталья Михайловна).

В соответствии с Положением об областном конкурсе психолого-педагогических программ «Психология развития и адаптации» ежегодно издается сборник, в который включаются описания программ, признанных победителями и лауреатами конкурса. Сборник размещается на официальном сайте Центра по адресу: <http://rspc-samara.ru/function/rediz/psyhadapt/psyhadapt.html>

По решению оргкомитета конкурса в дополнение к сборнику 2023 года программы победителей и лауреатов конкурса (в авторской редакции) опубликованы на официальном сайте ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» в полном объеме. Материалы размещены в разделе «Направления деятельности специалистов» по адресу: <http://rpsc-samara.ru/specialist/specialist.html> (гиперссылки опубликованных программ включены в сборник).

Сборник адресован психологам, педагогам, специалистам служб практической психологии образования, руководителям образовательных учреждений, студентам факультетов психологии и педагогики, всем тем, кто интересуется состоянием современного образования.

***Оргкомитет конкурса***

## **Профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста»**

Авторы-составители:

**Попкова Елена Викторовна,**

педагог-психолог ГБУ «ППЦ» г.о. Тольятти Самарской области

**Пронина Лариса Викторовна,**

педагог-психолог ГБУ «ППЦ» г.о. Тольятти Самарской области

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста» направлена на социально-психологическую адаптацию обучающихся образовательных организаций 12–13 лет.

Современный мир предоставляет широкий спектр информационных услуг, включая такую важную сторону жизни людей, как общение. Мир становится ближе, расстояние и время сокращаются, и главная заслуга в этом принадлежит Интернету и социальным сетям. Но одновременно с развитием виртуального общения у подростков в наше время появилась такая проблема, как дефицит живого общения. Родители, педагоги, психологи и врачи бьют тревогу; их беспокоит, что современные подростки большую часть времени проводят в сети Интернет. Раньше фраза «Зайдешь ко мне?» означала приглашение прийти в гости, чтобы пообщаться, провести вместе время, поиграть или помочь в домашних делах. Несколько лет назад эта фраза получила новое значение — посетить профиль в социальной сети. Смысл приглашения примерно тот же, что и раньше: пообщаться, обменяться новостями, похвастаться достижениями или пожаловаться на жизнь. При этом заметна экономия времени: общаться, играть можно, не выходя из дома, в любое удобное время суток. Если собеседник надоел, можно просто отключить Интернет. Настоящие, реальные разговоры по душам у подростков стали редкостью. Таким образом, с самого детства обесценивается личность и опыт человека — близкого, реального.

Но не стоит забывать, что вряд ли виртуальное общение сможет заменить живое неформальное общение. Роль общения состоит не только в том, чтобы разговаривать и слушать, но еще и чувствовать друг друга, ощущать,

соприкасаться. И живое общение никогда по этим показателям не уступит виртуальному. Дефицит общения «глаза в глаза» повышает степень агрессивности среди подростков, нетерпимости, приводит к резкому росту числа обучающихся, которые подвергаются буллингу в учебных заведениях. Все эти негативные проявления очень распространены в современной подростковой среде и зачастую происходят из-за неумения подростков общаться. Поэтому возникла необходимость создания тренинговой программы, где ребятам создаются условия для узнавания себя, для построения взаимодействия с другими через игры и упражнения.

Данный тренинг построен с учетом общих требований стандарта и относится к программам сопровождения возрастного развития. Профилактическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста» состоит из цикла занятий и построена так, чтобы предоставить обучающимся не только узнать о психологии общения и правилах конструктивных коммуникаций, но и отработать их на практике, что ведет к глубокому самопознанию и умению брать ответственность за свое поведение. Тренинг предоставит возможность научиться конструктивно строить взаимоотношения с окружающими, что, в свою очередь, позволит скорректировать поведение и межличностные взаимоотношения в образовательном учреждении.

### **Информация о разработчиках, участниках и месте реализации программы**

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста» была разработана педагогом-психологом ГБУ «Психолого-педагогический центр» г.о. Тольятти Попковой Еленой Викторовной и педагогом-психологом ГБУ «Психолого-педагогический центр» г.о. Тольятти Прониной Ларисой Викторовной.

Программа рекомендована к применению педагогам-психологам ППМС-центров и общеобразовательных школ.

Участники программы: обучающиеся ОО 12–13 лет.

Место реализации программы:

Государственное бюджетное учреждение — центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, «Психолого-педагогический центр» городского округа Тольятти Самарской области.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа № 11 имени Героя Социалистического Труда Н.В. Разина».

Формирование культуры общения является одним из новых направлений в современной школе. Реформы в системе образования направлены на создание условий для самореализации и саморазвития личности обучающегося на протяжении всей его жизни. Активно внедряющийся в школах ФГОС подразумевает особое внимание к личностным результатам обучения школьника: целенаправленной познавательной деятельности на протяжении всей жизни, необходимым ценностно-смысловым установкам, отражающим гражданскую позицию в деятельности, способности ставить жизненные цели и достигать их. Таким образом, можно заключить, что в школе произошел сдвиг в сторону реализации воспитательных задач, направленных на формирование высоконравственного, ответственного, творческого, инициативного, компетентного гражданина России.

В последнее время педагоги школ все чаще обращаются в психологические службы по поводу конфликтных ситуаций в классе, буллинга, моббинга и других негативных проявлений в подростковой среде. Учитывая все вышеперечисленные проблемы, и была разработана профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста». Она предназначена для подростков 12–13 лет и относится к программам сопровождения возрастного развития. Основой содержания тренинга «Искусство общения для младшего подросткового возраста» является решение проблем, которые близки и понятны подросткам: как строить отношения в коллективе и противостоять давлению; как понять другого человека в ходе разговора, и как важно уметь донести свои мысли и чувства до собеседника. Таким образом,

формируется коммуникативная компетентность подростков, а на ее основе динамично развивается групповая сплоченность

*Научно-практическая новизна и обоснованность* профилактической психолого-педагогической программы «Искусство общения для младшего подросткового возраста» состоит в разработке комплекса занятий, помогающих подросткам сделать осознанный выбор реального общения вместо виртуального, при этом не умаляя важности Интернета в современном мире. Все упражнения, игры и задания построены так, чтобы сформировать желание получать радость живого общения вместо гаджетов, что имеет большое значение для полноценного формирования личности в современном мире. Также данная программа затрагивает такие актуальные темы в современном обществе, как формирование толерантности и профилактика буллинга и моббинга среди подростков, что полностью соответствует требованиям введения федеральных государственных образовательных стандартов как крупной системной инновации в сфере образования.

**Цель программы:** формирование у обучающихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать.

**Задачи:**

- 1) развивать навыки конструктивного общения с людьми;
- 2) способствовать формированию адекватной самооценки.

Каждое занятие программы содержит теоретическую часть, в которой раскрывается сущность конструктивных взаимоотношений, а также практическую часть, построенную с учетом глубокой проработки полученных знаний.

Для определения динамических изменений в ходе работы и оценки эффективности программы в начале и конце каждого цикла занятий использовались следующие методики:

1. Диагностика коммуникативных и организаторских способностей (методика КОС-1, авторы В.В. Синявский и Б.А. Федоришин).
2. Методика на исследование самооценки (Дембо – Рубинштейн).

3. Методика Сакса Леви «Незаконченные предложения» (для отслеживания промежуточных результатов.).

4. Анкеты обратной связи (анкетирование проводится как текущая форма контроля после каждого занятия программы).

### **Описание целевой аудитории, ее социально-психологических особенностей**

В подростковом возрасте общение является ведущей формой деятельности. Общение позволяет подросткам проявить себя как личность и самореализоваться в коллективе, среди других ребят. Известно, что необходимым условием общения является построение здоровых межличностных контактов, умение понять и принять мнение другого, желание общаться. К сожалению, не у всех подростков отношения со сверстниками складываются хорошо: кому-то не хватает уверенности в себе, у кого-то не развиты базовые навыки общения, кто-то подвержен проявлениям буллинга в образовательной среде и т.д. Тренинг является хорошим способом преодолеть трудности, возникающие в процессе общения у подростков.

Данный тренинг адресован подросткам 12–13 лет.

При формировании группы учитывается:

возрастная категория (12–13 лет);

уровень мотивационной готовности к саморазвитию;

личностные интересы и запросы участников.

### **Описание конкретных трудностей и проблем, на решение которых направлена программа**

Современный этап развития нашего общества ставит перед психологами и педагогами новые проблемы. Они продиктованы необходимостью серьезно повышать качество работы школьных психологов и службы психологического сопровождения обучающихся, особенно в важные для становления личности периоды возрастных кризисов. Это напрямую связано с поиском и разработкой таких форм индивидуальной и групповой деятельности, которые бы способствовали формированию у школьников высокого уровня социально-психологической адаптации, умения ориентироваться в современном мире.

В настоящее время в системе образования Российской Федерации происходят значительные изменения. Исходя из ФГОС второго поколения выпускник образовательного учреждения среднего (полного) общего образования должен обладать необходимыми компетенциями для успешной социализации в современном обществе. Особенно важным является умение уважать мнение окружающих людей, вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать. Отказ от решения этой задачи в подростковом возрасте может привести к серьезным личностным проблемам в дальнейшем. Конфликтность подростка значительно сужает круг ситуаций, в которых он может получить положительный опыт социального взаимодействия. Получение негативного опыта опасно, прежде всего, тем, что оно приводит к социальной изоляции подростка, а в дальнейшем и к его дезадаптации. Перед общеобразовательной школой в период ее модернизации имеется достаточно много проблем. К особенно значимым можно отнести тему профилактики конфликтного поведения среди подростков, которая, в свою очередь, является актуальной задачей.

Реформы в системе образования направлены на создание условий для самореализации и саморазвития личности обучающегося на протяжении всей его жизни. Активно внедряющийся в школах ФГОС подразумевает особое внимание к личностным результатам обучения школьника, которые должны отражать:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

- развитие способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

Таким образом, можно заключить, что в школе произошел сдвиг в сторону реализации воспитательных задач, направленных на формирование высоконравственного, ответственного, творческого, инициативного, компетентного гражданина России.

## **Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации**

Основой тренинга, который связан с моделями социальной адаптации, модификации поведения, с практикой социализации, являются базисные понятия когнитивно-поведенческой теории (А. Бандура, Дж. Уотсон, Б. Скиннер). Подросток расширяет свой репертуар поведения через процессы социального обучения, познавая свои ошибки. В процессе психологической работы создаются условия для изучения механизмов индивидуального поведения, формируется опыт продуктивного поведения для реальной окружающей среды.

Теоретической основой формирования коммуникативных способностей личности являются труды отечественных и зарубежных ученых А.А. Бодалева, Л.С. Выготского, М.С. Кагана, Я.Л. Коломинского, И.С. Кона, А.Н. Леонтьева, Х.Й. Лийметса, М.И. Лисиной, А.В. Мудрика, П.М. Якобсона и др. Раскрытию особенностей общения младших подростков посвящены исследования отечественных психологов Б.Г. Ананьева, Н.В. Кузьминой, В.С. Мухиной, Р.С. Немова, В.Н. Мясищева.

Нормативно-правовую базу разработки программы составили:

1. «Конвенция о Правах ребенка».
2. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
3. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.02.2012 № 273.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897.
5. Приказ Минобрнауки России об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования от 17 декабря 2010 г. № 1897.
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

7. Приказ Министерства образования и науки РФ № 945 от 01.03.04 и рекомендации по распределению рабочего времени педагога-психолога в общеобразовательной школе.

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

### **Описание целей и задач программы**

**Цель программы:** формирование у обучающихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать.

#### **Задачи:**

развивать навыки конструктивного общения с людьми;  
способствовать формированию адекватной самооценки.

#### **К окончанию программы подростки должны научиться:**

- умению контролировать свое поведение;
- конструктивно взаимодействовать с людьми;
- адекватно оценивать себя и стремиться познавать окружающих;
- проявлять толерантность и эмпатию, как средство профилактики конфликтов в межличностных отношениях подростков.

### **Сроки, этапы и алгоритм реализации программы**

**Продолжительность программы:** 18 часов.

**Сроки реализации программы:** 9 занятий по 2 часа.

График проведения профилактической программы формируется в согласовании с администрацией образовательного учреждения. Рекомендуемая периодичность: 1 раз в неделю.

### **Этапы реализации программы**

#### **1. Подготовительный этап.**

Этот этап включает в себя изучение запросов администрации и педагогического состава образовательных организаций по работе с подростками по вопросам самоидентификации, по формированию навыков коммуникаций и

личностного развития. Определяется круг теоретико-практических задач, необходимых для функционирования программы. Проводятся предварительные встречи с обучающимися, где рассказывается о программе «Искусство общения для младшего подросткового возраста». Далее на основе персональных добровольных заявлений о согласии принимать участие формируется группа. Затем планируются сроки, решаются организационные вопросы с администрацией и классным руководителем.

## **2. Основной этап.**

Данный этап предполагает реализацию основного раздела программы «Искусство общения для младшего подросткового возраста» по ознакомлению с конструктивными навыками общения. В психологическом тренинге организуется активное взаимодействие, позволяющее в безопасной искусственно созданной обстановке отработать полученные знания и при необходимости переосмыслить свой привычный «заученный» стиль поведения.

Формами работы по данной программе являются: лекции (диалоговая лекция, лекция-презентация); практические занятия (ролевые игры, интерактивная выставка, работа в подгруппах, дискуссии). Для осуществления контроля качества процесса обучения по программе предполагается проведение:

- входной и итоговой диагностики, в процессе которых участники проходят тест и анкетирование;
- промежуточной диагностики, в процессе которой используется метод «Неоконченные предложения» и метод обратной связи в конце каждого занятия.

## **3. Заключительный этап.**

Данный этап предполагает оценку результативности программы. Для этого организуется рефлексия опыта работы в группе участников, оговаривается возможность продолжения работы в индивидуальном режиме (индивидуальные консультации, классные мероприятия, собрания для родителей и др.). Результаты эффективности программы представляются администрации в виде справки и рефлексивного отчета.

## **Перечень и описание программных мероприятий, функциональные модули/ дидактические разделы/учебно-методические планы**

**Цель программы:** формирование у обучающихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать.

### **Задачи:**

- развивать навыки конструктивного общения с людьми;
- способствовать формированию адекватной самооценки.

**Целевая аудитория:** подростки 12–13 лет.

**Организация занятий:** предусмотрено проведение 9 занятий по 2 академических часа (1 раз в неделю), все занятия проводятся в круге, сделанном из стульев, на которых дети будут сидеть во время упражнений.

**Методы и формы работы:** психологические игры и упражнения, работа в парах и малых группах, психогимнастические упражнения.

Программа содержит учебный план, учебно-тематическое планирование (с обозначением формы контроля), конспекты тренинговых занятий, приложения с практическими заданиями и дополнительным материалом, список литературы.

Программа содержит 9 занятий. Их темы соответствуют задачам тренинга. Освоение идет поэтапно.

### **Этапы работы:**

- организационный этап (психодиагностика);
- практический блок (профилактическая работа);
- рефлексия.

#### ***1 этап — организационный этап (психодиагностика)***

Целью этого этапа является необходимость выявить группу обучающихся, нуждающихся в развитии коммуникативных способностей.

Критериями возможной предрасположенности к возникновению трудностей в общении у младших подростков являются:

- высокий уровень личностной тревожности;
- неадекватная (заниженная) самооценка;

— высокий уровень агрессивных проявлений (вербальная, физическая агрессия и т.п.);

низкий социометрический статус в учебном коллективе.

В данной работе могут участвовать учителя, социальный педагог или психолог школы.

Данный этап направлен на изучение уровня самооценки, навыков коммуникаций.

### ***II этап — практический блок (профилактические тренинговые занятия)***

Тренинговые занятия — одна из эффективных форм работы с подрастающим поколением. Здесь формируются навыки самопознания и саморазвития. Основная задача — обучение эффективному поведению в различных ситуациях общения. Умения и навыки, сформированные в искусственно созданных и «безопасных» условиях психологического тренинга, помогут преодолеть трудности в реальной жизни.

### ***III этап — заключительный (рефлексия)***

Оценка эффективности реализации программы производится на основании результатов, полученных с использованием рефлексии и контрольного этапа диагностического исследования.

### **Содержание программы**

Программа состоит из 9 занятий. Каждое занятие содержит тему, необходимую для успешной коммуникации. Все занятия соответствуют цели и задачам тренинговой работы.

**1-е занятие** «Общение в жизни человека». Знакомство. Выработка правил групповой работы. Сплочение, создание атмосферы группового доверия и приятия, мотивации на работу в группе. Ознакомление подростков с ролью общения в жизни людей.

**2-е занятие** «Материк класса». Улучшение коллективных взаимоотношений. Оказание помощи в поднятии группы на более высокий уровень сотрудничества.

**3-е занятие** «Ответственность. Самооценка и самоконтроль». Расширение знаний о себе, своих возможностях; развитие умений преодолевать трудности адаптации в современном обществе.

**4-е занятие** «Эмоции и чувства». Ознакомление обучающихся с видами эмоций. Развитие эмпатии.

**5-е занятие** «Конфликты и пути их решения». Ознакомление обучающихся с понятием «конфликт». Выявление особенности поведения в конфликтной ситуации. Обучение способам выхода из конфликта.

**6-е занятие** «Мир реальный, мир виртуальный». Формирование у подростков умения разграничивать реальное и виртуальное общение.

**7-е занятие** «Возможно быть другим». Формирование у подростков толерантного мышления.

**8-е занятие** «Поговорим о дружбе». Ознакомление подростков с критериями дружбы, умения оценивать качества настоящего друга.

**9-е занятие** «Мы — одна команда». Способствование достижению внутригруппового сплочения; осмыслению своего персонального «Я» как части общего «Мы».

Каждое занятие направлено на отработку навыков и способов конструктивных взаимодействий, поиск собственных ресурсов.

— Вводная часть, включающая ритуал приветствия для снятия эмоционального напряжения у участников, установление контакта и разогрев.

— Основная часть занятия, которая направлена на достижение цели программы и задач каждого занятия, информирование, обсуждение и совместные игры.

— Заключительная часть, рефлексия.

**Вводная часть** занимает примерно 10% времени от общей продолжительности занятия и включает ритуал приветствия для снятия эмоционального напряжения у детей, установление контакта и разогрев.

**Основная часть** занимает приблизительно 85% от общей продолжительности занятия и включает в себя методы и приемы, направленные на

достижение цели программы и задач каждого занятия, информирование, обсуждение и совместные игры.

**Заключительная часть** занимает приблизительно 5% от общей продолжительности занятия. Участники делятся мыслями, переживаниями, ожиданиями.

### **Организация образовательного процесса**

Образовательный процесс проходит в виде лекционных, практических заданий, самостоятельно выполняемых обучающимися. Используемые формы и методы работы:

- беседы, мини-лекции;
- ролевые игры, театрализованные игры, упражнения, техники коллажа;
- тестирование.

Реализация программы предусматривает комплексные и регулярные мероприятия по темам программы.

Отличительными особенностями данной программы являются творческий характер заданий, подразумевающий отработку навыков полученных знаний. Такая форма реализации занятий дает возможность осознать и при необходимости переосмыслить свою модель поведения и взаимодействия с окружающим миром.

Рекомендуемое количество участников: 15 человек. Это оптимально для групповой динамики.

### **Требования к организации образовательного процесса:**

– помещение для занятий должно быть достаточно просторным или состоящим из нескольких совмещенных помещений, т. к. должна быть возможность свободного перехода участников из одного помещения в другое во время подвижных упражнений, работы в кругу, в микрогруппах;

- 4 стола;
- стулья по количеству детей;
- доска аудиторная (обычная или магнитная);
- компьютер с выходом в Интернет;
- интернет-ресурс;

- CD-проигрыватель;
- CD-диски с записями релаксационной музыки;
- листы бумаги формата А4;
- цветные и простые карандаши, акварельные краски, фломастеры, цветные мелки, авторучки различных цветов, бумага различных форматов;
- бейджи, клубок ниток.

#### **Технологическое обеспечение:**

Для тренинговых занятий необходим компьютер с выходом в Интернет, проектор и экран.

#### **Входные требования к обучающимся:**

- обучающиеся 12–13 лет.

#### **Кадровое обеспечение реализации программы**

Практический психолог, соответствующий требованиям Профстандарта 01.002, имеющий навыки работы тренинговой работы с подростками.

#### **Контроль и оценка результатов освоения программы**

Текущий контроль проводится педагогом-психологом, реализующим программу. Текущий контроль включает:

- ответы на проблемные вопросы в процессе занятий;
- выполнение творческих заданий по тематике программы;
- психологическую диагностику.

По результатам итогового контроля формируется оценочное суждение о степени достижения ожидаемых результатов программы в формате:

- самооценка: адекватная / неадекватная;
- навыки конструктивных взаимоотношений: сформированы / не сформированы;

#### **Технологии, формы, методы работы**

Любое тренинговое занятие достигает определенного результата благодаря его четкой организации ведущим. При подготовке занятия следует учесть несколько моментов: знать содержательные аспекты стадий работы с группой,

сконцентрировать внимание на методике ведения конкретного занятия, составлении сценария занятий.

### **Требования к организации тренинговых занятий:**

1. Добровольное участие в тренинге.
2. В работе должны быть задействованы все участники группы.
3. Оптимальное количество участников: 15 человек.
4. Подготовка помещения для работы. Помещение должно быть просторным, с хорошим освещением и иметь возможность проветриваться.

5. Строгое соблюдение правил тренинговой работы, таких как:

– «Здесь и теперь». Принцип ориентирует участников тренинга на то, чтобы предметом их анализа постоянно были процессы, происходящие в группе в данный момент, чувства, переживаемые в данный конкретный момент, мысли, появляющиеся в данный момент. Кроме специально оговоренных случаев запрещаются проекции в прошлое и будущее. Принцип акцентирования на настоящем способствует глубокой рефлексии участников, обучению сосредотачивать внимание на себе, своих мыслях и чувствах, развитию навыков самоанализа.

– «Искренность и открытость» — не лицемерить и не лгать. Чем более откровенными будут рассказы о том, что действительно волнует и интересует, чем более искренним будет предъявление чувств, тем более успешной будет работа группы в целом. Раскрытие своего «Я» другому человеку есть признак сильной и здоровой личности. Самораскрытие направлено на другого человека, но позволяет стать самим собой и встретиться с самим собой настоящим. Искренность и открытость способствуют получению и предоставлению другим честной обратной связи, то есть той информации, которая так важна каждому участнику и которая запускает не только механизмы самосознания, но и механизмы межличностного взаимодействия в группе.

– «Принцип Я»: основное внимание участников должно быть сосредоточено на процессах самопознания, на самоанализе и рефлексии. Даже оценка поведения другого члена группы должна осуществляться через высказывание собственных

возникающих чувств и переживаний. Запрещается использовать рассуждения типа: «мы считаем...», «у нас мнение другое...» и т.п., перекладывающие ответственность за чувства и мысли конкретного человека на аморфное «мы». Все высказывания должны строиться с использованием личных местоимений единственного числа: «я чувствую...», «мне кажется...». Это тем более важно, что напрямую связано с одной из задач тренинга — научиться брать ответственность на себя и принимать себя таким, какой есть. Уже первые групповые дискуссии обнаруживают, насколько непохожи мысли и чувства разных людей, что является определяющим аргументом для введения названного правила.

– «Активность». В группе отсутствует возможность пассивно «отсидеться». Поскольку психологический тренинг относится к активным методам обучения и развития, такая норма, как активное участие всех в происходящем на тренинге, является обязательной. Большинство упражнений подразумевает включение всех участников. Но даже если упражнение носит демонстрационный характер или подразумевает индивидуальную работу в присутствии группы, все участники имеют безусловное право высказаться по завершении упражнения.

– «Конфиденциальность». Все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, должно остаться внутри группы — это естественное этическое требование, которое является условием создания атмосферы психологической безопасности и самораскрытия. Само собой разумеется, что психологические знания и конкретные приемы, игры, психотехники могут и должны использоваться вне группы — в профессиональной деятельности, в учебе, в повседневной жизни, при общении с родными и близкими, в целях саморазвития.

Эти процедуры, создающие особые условия начавшегося взаимодействия, их игровой характер позволяют отчасти снять естественное напряжение и тревогу участников. Нормы тренинговой группы создают особый психологический климат, часто резко отличающийся от того, который имеется в традиционных группах. Участники тренинга, осознавая это, начинают сами следить за соблюдением групповых норм.

## **Сведения о практической апробации**

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста» была апробирована в 2021-2022 учебном году на базе ГБУ «Психолого-педагогический центр» г.о. Тольятти с подростками 12-13 лет (6-7 классы). В апробации программы приняло участие 60 человек. Работа велась в 4 группах по 15 человек в каждой. Продолжительность апробации — 1 год.

В номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Просветительской психолого-педагогической программе «Искусство общения для младшего подросткового возраста» присуждено 2-е место.

В полном объеме **профилактическая психолого-педагогическая программа «Искусство общения для младшего подросткового возраста»** опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rpsc-](http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/popkova/Popkova_E.V.,_Pronina_L.V._Program_The_Art_of_Communication.pdf)

[samara.ru/specialist/obuch/5\\_8/materials/popkova/Popkova E.V., Pronina L.V. Program The Art of Communication.pdf](http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/popkova/Popkova_E.V.,_Pronina_L.V._Program_The_Art_of_Communication.pdf)

## Профилактическая психолого-педагогическая программа «Точка равновесия»

Автор-составитель:

**Пивцова Татьяна Николаевна,**

педагог-психолог ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск Самарской области, ГБУ ДПО  
«Региональный социопсихологический центр»

### ***Научно-практическая новизна и актуальность программы***

Фрустрация (лат. frustratio — «обман», «неудача», «тщетное ожидание», «расстройство замыслов») — это особое негативное состояние, которое возникает в ситуации, когда невозможно удовлетворить свои потребности или достичь своих целей. Оно возникает в том случае, когда существует какая-либо непреодолимая преграда, мешающая воплотить в жизнь сильное желание или стремление человека. То есть человек испытывает фрустрацию, когда не получает желаемое. Длительное пребывание в таком состоянии может привести к полной дезорганизации деятельности человека.

Название программы «Точка равновесия» выбрано не случайно. Оно нацеливает ребят на то, что каждый человек, стремящийся к счастливой и гармоничной жизни, должен уметь находить свою «точку равновесия», эмоциональный баланс в любом состоянии, а также принимать решения и отвечать за свои поступки. Все это помогает обретению личностной целостности, развивает способность конструктивно преодолевать жизненно важные мотивационные и ценностные внутренние противоречия, формирует толерантное отношение к ситуациям фрустрации, и, несомненно, в этом заключается **актуальность** данной программы.

Толерантность к фрустрации формируется с детства: мы все развиваемся, учимся говорить и писать, падаем, совершаем ошибки, которые являются неотъемлемой частью нашей жизни. Когда же человек умеет извлекать пользу из своих ошибок, то он идет дальше, находит собственную точку равновесия, не нанося вред своему психологическому здоровью.

**Новизна программы** состоит именно в предоставлении возможности старшеклассникам самостоятельно, путем обсуждений, упражнений и игр, решения ситуаций и рефлексии, выявить наиболее важные для себя моменты в своем настоящем и будущем развитии и самосовершенствовании.

Фрустрация — это всегда больно и неприятно. Но к этому состоянию нужно уметь подготовить себя. Есть способы, которые помогают справиться с этим состоянием. Мы должны научить старшеклассников справляться с возникающими трудностями. Например, заранее продумать «запасной вариант»; если что-то не получится, дать волю своим чувствам — поплакать, погрустить, позлиться, завернувшись в плед, а потом посмотреть любимый сериал и попить чайку. А можно нарисовать свои чувства на листе бумаги и подумать над ситуацией. Именно об этих методах мы говорим с подростками, обучаем приемам снятия эмоционального напряжения, помогаем отреагировать на негативные переживания.

Человеку нельзя жить в постоянном стрессе, нельзя испытывать только негативные эмоции. Молодого человека важно научить видеть жизнь в ярких красках, правильно реагировать на все, что с ними происходит: и на удачу, и на неудачу. Необходимо, чтобы человек понимал, что его желания не всегда исполняются, что можно проанализировать ситуацию и придумать способ, чтобы достигнуть желаемого результата. У каждого ребенка в жизни должно присутствовать ощущение счастья, и именно мы, взрослые, должны научить этому наших детей.

Очень важно, чтобы у ребенка в состоянии фрустрации была эмоциональная поддержка. «Конечно, мир не такой, каким ты бы хотел его видеть, но этот мир не так уж и плох! В нем нет чего-то, что хотелось бы, но есть что-то другое!». И эта поддержка может быть оказана и взрослыми, которые рядом, и сверстниками. Все это возможно в ситуации тренинга, групповых занятий, а в дальнейшем и в реальной жизни.

### ***Возрастные особенности старшеклассников***

Старший подростковый возраст — это период завершения полового созревания и вместе с тем начальная стадия физической зрелости, когда человек стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Именно поэтому в этом

возрасте обучающиеся смотрят на жизнь с позиции будущего, выбора своего жизненного пути.

В связи с необходимостью самоопределения у школьников возникает потребность разобраться в окружающем и в самом себе, найти смысл происходящего.

Учебная деятельность старшеклассников предъявляет гораздо более высокие требования к их активности и самостоятельности. Трудности, которые они нередко испытывают в процессе обучения, прежде всего связаны с неумением учиться в этих новых условиях.

Старшие школьники предъявляют очень высокие требования к моральному облику человека. Это связано с тем, что у них создается более целостное представление о своей личности и о других, расширяется круг осознаваемых социально-психологических качеств людей.

Юноши начинают понимать значение слова «мужчина», а девушки — слова «женщина», пытаются обратить внимание на собственную непохожесть и уникальность, пытаются это подчеркнуть всеми возможными средствами.

Происходят изменения в развитии личности, изменение положения ученика в школе, в системе общественных отношений. «Чувство взрослости» переходит в чувство самоуверенности и самоуважения, проявляющееся в своей самоиндивидуальности. В этот период жизни складывается «образ Я», который включает три основных компонента: познавательный, эмоциональный, поведенческий. «Образ Я» складывается в процессе общения, и в первую очередь общения со сверстниками. Среди основных новообразований старшего школьного возраста можно выделить мировоззрение, самостоятельность суждений, формирование собственной самооценки, стремление к самовоспитанию, индивидуальный стиль учебно-профессиональной деятельности, профессиональное и личностное самоопределение.

Происходит существенное изменение самосознания — повышается значимость собственных ценностей, частные самооценки собственных качеств

личности перерастают в целостное отношение к себе. Старшеклассник стремится сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе, к другим людям,

Психологические особенности старшеклассников заключаются в более самостоятельных поступках, взглядах, суждениях. Старшеклассники хотят во что бы то ни стало делать свой выбор самостоятельно, но вот нести ответственность за выбор старшеклассник не желает. Старшеклассники дистанцируются от родителей, семья отходит на второй план. Подростковая группа для старшеклассника — главная.

Высокая степень нестабильности и неопределенности жизни, неясность перспектив, материальные трудности ведут к тому, что многие молодые люди с большой тревогой и опасениями смотрят в завтрашний день, не хотят или не могут самостоятельно решить, чего же они хотят от жизни.

Максимализм старших подростков, отсутствие необходимого опыта в общении приводят к конфликтам, к резкой и грубой реакции друг на друга, что является не чем иным, как фрустрацией ведущей потребности в общении. Человек, лишенный общения со значимыми людьми, может стать замкнутым, озлобленным, агрессивным, обидчивым, эмоционально несдержанным.

Чувство любви также может стать причиной фрустрации, вызвать различные негативные эмоциональные реакции у людей с еще не устоявшимся внутренним миром. Не всегда молодые люди могут адекватно оценить фрустрационную ситуацию и найти правильный выход из нее.

Подводя итог вышесказанному, выделим главное. Мы видим, насколько сильна подверженность фрустрациям именно в этом возрасте, а следовательно, разнообразные эмоциональные реакции. И это может привести к тому, что у подростка формируются негативные черты характера, боязнь трудностей и жизни в целом. Именно поэтому очень важно на данном жизненном этапе сформировать определенные поведенческие и коммуникативные навыки, необходимые для адекватной оценки ситуации и умения находить конструктивный выход из любых трудностей.

## **Общая характеристика программы**

Идея создания программы «Точка равновесия» возникла после анализа результатов социально-психологического тестирования. В ее основу была положена необходимость проведения коррекционно-развивающей работы с ребятами по тестируемым параметрам. По нашему мнению, обучающиеся с высоким уровнем фрустрации входят в группу риска эмоционально-личностного фактора. И именно с этой проблемой необходимо работать более плотно, так как неумение найти выход из трудной ситуации, «зацикливание» на проблеме накладывает отпечаток на всю жизнь подростка, является фактором риска употребления психоактивных веществ.

Данная программа рассчитана на обучающихся старших классов, соответственно, она строится с учетом возрастных интересов старшеклассников и направлена на формирование мотивационно-смысловой сферы обучающихся, на профилактику трудностей в адаптации и социализации молодых людей. Ребятам предлагаются темы, которые важны и интересны для них в силу возрастных особенностей развития.

Обучающиеся имеют возможность поговорить о своем настоящем и будущем, о своих возможностях, об эмоциях, о проблемных ситуациях, которые возникают у них или могут возникнуть в дальнейшем. Вся работа строится на использовании практических навыков и умений, полученная на занятии информация, теоретические положения сразу отрабатываются на практике.

При проведении программы ведущий должен опираться на следующие принципы:

**Принцип психологической комфортности** — позволяет осуществлять индивидуальный подход к деятельности каждого ученика, учитывая психологические и интеллектуальные способности личности.

**Принцип развития и саморазвития личности** — активизирует творческие возможности, способность к самопознанию, самосовершенствованию и саморегуляции.

**Принцип позитивности** — направлен на создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы помощи и сотрудничества.

**Принцип целостности развития** — усиливает значение всех прошлых этапов жизни в позитивном ключе, организует целостность самосознания и личности ребенка, помогает строить позитивное будущее.

**Принцип индивидуального подхода** — максимальный учет психологического своеобразия и индивидуального опыта каждого ребенка.

В ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск на протяжении всех лет обучения ребенок общается с психологом еженедельно на психологических занятиях по различным программам: «Я учусь владеть собой», «Все цвета, кроме черного», «Я — это Я», «Шаг навстречу», «Наедине с самим собой», «Все в твоих руках» и «Точка равновесия». Программа «Точка равновесия» необходима всем ребятам для того, чтобы в их внутреннем мире царили мир и спокойствие.

Полный курс рассчитан на 10 занятий по 1 часу в неделю (40-минутный урок). Целесообразно данные занятия планировать на конец учебного дня, чтобы в случае необходимости у ведущего и участников была возможность работать без ограничений во времени, что помогает достичь максимальной эффективности. Однако все же стоит придерживаться регламента, чтобы занятия не стали обременительными для участников.

Вся программа включает в себя два раздела: «Чувства, которые меня окружают» и «Найди свое равновесие». Тема каждого занятия имеет четкую взаимосвязь с предыдущей. Кроме того, есть вводное занятие «Мир вокруг меня», которое предполагает введение в данный курс, и заключительное занятие «Моя точка равновесия», на котором подводятся итоги всей программы.

Занятия включают в себя три блока:

Когнитивный (информационный) блок: выполняет образовательную функцию — сообщает участникам определенные теоретические знания.

Эмоциональный блок: создает благоприятный психологический климат в группе, мотивированность участников, интерес, доверительный стиль общения,

обеспечивает психологическую поддержку, работу с коммуникативными и личностными проблемами на уровне чувств.

Поведенческий блок: формирует способность конструктивно взаимодействовать в различных ситуациях.

В структуре занятий можно выделить следующие этапы:

1. Вступление - приветствие (разминка, рефлексия прошлого занятия).
2. Основная часть (выполнение упражнений, игр, психологических методик, направленных на введение обучающихся в тематику занятия, на поиск путей решения заявленной проблемы; обсуждение, предполагающее отреагирование на эмоциональном и рациональном уровнях).
3. Заключение (подведение итогов занятия, рефлексия).

При проведении занятий рекомендуется использовать следующие **методические приемы**:

*Психологическая информация.* Изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий способствует углублению самосознания, стимулирует обучающихся к размышлению о своих взаимоотношениях с людьми. Детям, склонным скрывать свой внутренний мир от окружающих, такая работа позволяет избегать прямых высказываний о себе, но в то же время обсуждение нередко сопровождается серьезной внутренней работой.

*Беседа.* Этот метод помогает детям обсудить некоторые проблемы по тематике программы в группе либо с педагогом путем организации диалога.

*Групповая дискуссия.* Это совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса, позволяющее прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения. Групповая дискуссия может быть использована как в целях предоставления возможности участникам увидеть проблему с разных сторон (при этом уточняются взаимные позиции, что уменьшает сопротивление восприятию новой информации от ведущего и других членов группы), так и в качестве способа групповой рефлексии через анализ индивидуальных переживаний (это усиливает сплоченность группы и одновременно облегчает самораскрытие участников).

*Ролевые методы.* Ролевые методы предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, то есть усиленном варианте. В ролевых ситуациях учащиеся сталкиваются с теми случаями, которые характерны для их реальной (и значимой для них) деятельности, и ставятся перед необходимостью изменить свои установки. Тем самым создаются условия для формирования новых, более эффективных коммуникативных навыков.

*Коммуникативные игры.* Коммуникативные игры направлены на формирование у участников умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствуют углублению осознания сферы общения, обучают умению сотрудничать.

*Задания на развитие самосознания.* Упражнения данной группы направлены на создание условий для расширения представлений о себе и своих связях с окружающим миром, на формирование положительной установки по отношению к самому себе, а, следовательно, и к другим людям.

*Групповая рефлексия.* Это организованный и сознательно направляемый процесс, в ходе которого члены группы обсуждают, насколько им удалось достичь поставленных целей и сформировать хорошие групповые отношения. В результате рефлексии определяется, какие из действий группы и ее участников были эффективны, какие неудачны, стоит их использовать дальше или нет.

Программа универсальна, она может быть рассчитана и на достаточно большую группу учащихся (целый класс), и на группу из 7–10 человек. Занятия могут быть реализованы в школе через внеурочную деятельность.

**Обеспечение гарантии прав участников** — необходимое условие реализации программы, поэтому для психологической и физической безопасности участников группы можно использовать только безопасные техники и приемы, т.к. занятия являются универсальными и проводятся с широким кругом учащихся данного возраста. В группе недопустима физическая или вербальная агрессия. Ведущий должен стать гарантом безопасности всех участников группы. Участники могут говорить о своих чувствах, но не должны давать оценки (в первую очередь,

негативные) поведению и высказываниям друг друга. Они должны понимать, что могут задать вопрос ведущему в том случае, когда никто из членов группы не знает ответ, и все хотят его узнать.

Курс занятий доступен всем обучающимся, игры и психологические упражнения помогают ребятам добиться успехов в различных жизненных ситуациях.

Во время занятий важно создание в классе атмосферы психологического комфорта, доверия, безопасности и поддержки каждого участника. Поэтому целесообразно предоставить обучающимся возможность вырабатывать собственные правила работы на занятиях, которые необходимо соблюдать и ребятам, и ведущему.

Программа курса не может быть чем-то однозначно заданным. Она может изменяться в зависимости от уровня подготовки класса, его особенностей (социальных, национальных, этических, культурных), от психологического климата в коллективе. При планировании занятия необходимо всегда иметь в запасе несколько «запасных» игровых упражнений на случай, если участники без особого энтузиазма воспримут то, что будет предложено первоначально.

Проведение занятий по данному курсу возможно лишь с позиций сотрудничества с обучающимися, поэтому изменения программы курса оказываются в прямой зависимости от самого ведущего (его готовности, интересов, задач). Психолог не может использовать информацию об участниках вне группы, полученную на занятии. За старшеклассниками сохраняется право не участвовать в играх, тренингах. Участие в занятиях по программе происходит только на добровольной основе.

**Противопоказаниями к участию** в данной программе являются интеллектуальные нарушения, наличие психиатрического диагноза, не позволяющего заниматься в группе.

Перед реализацией программы в конкретной группе необходимо провести вводное собрание с родителями обучающихся, для того чтобы проинформировать родителей о той психологической работе, которая будет проводиться с их детьми,

и пригласить к активному сотрудничеству, так как родители могут параллельно поддерживать и направлять своего ребенка на построение целей и принятие жизненно важных решений.

Специалист, реализующий данную программу, должен иметь соответствующую квалификацию (педагогическое или психологическое образование, владеть методами работы с группами, знать особенности подростковой и юношеской психологии). Рекомендуется проведение супервизии ведущего программы 1 раз в год.

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

#### *Информационно-методическое обеспечение*

В процессе работы педагог-психолог подбирает диагностический материал, с помощью которого прослеживает динамику развития формирующих компонентов на занятиях, а также отношения обучающихся к проводимым занятиям. Педагог-психолог оформляет дидактический материал, необходимый для проведения полноценных занятий. По результату диагностики реализации программы педагог-психолог составляет аналитический отчет и информирует о проведенной работе педагогов и родителей участников.

#### *Кадры*

Занятия должен преподавать педагог-психолог, обладающий квалифицированными знаниями по психологии. Педагог-психолог должен владеть активными формами работы, уметь организовывать дискуссии, обсуждения, работу в группах, применять элементы психологического тренинга, также быть способным создать атмосферу доверия, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры, выполнять упражнения.

#### *Материально-техническое оснащение*

Для проведения занятий помещение должно быть просторным, удобным, с хорошей освещенностью, с естественным доступом воздуха. Столы и стулья должны быть расставлены таким образом, чтобы участники могли хорошо видеть друг друга и ведущего, чтобы психолог мог свободно подойти к каждому. Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга, поэтому

проводятся в кабинете, где участники могут свободно располагаться, передвигаться; в кабинете обязательно должно быть свободное место для того, чтобы обучающиеся смогли сесть в круг. Желательно, чтобы в кабинете был ковер или любое другое покрытие, чтобы в случае необходимости участники могли расположиться на полу.

Хорошо, если кабинет обеспечен мультимедийным оборудованием, и у ведущего есть возможность демонстрировать видеоматериалы, презентации.

Требованием к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы является наличие библиотеки и Интернета.

Также для проведения занятий необходимы:

- видео- и аудиооборудование,
- карандаши, фломастеры, маркеры, краски,
- клубок ниток,
- тетради,
- альбомные листы,
- доска, мел,
- плакаты, таблицы и рисунки к занятиям,
- раздаточный материал.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

*Промежуточные результаты реализации программы.*

В ходе занятий старшеклассники должны научиться анализировать личностные трудности, активизировать внутренние ресурсы и приступить к активной работе по освоению способов саморазвития и самореализации для решения проблемных ситуаций. Они должны задуматься над собственным поведением и научиться принимать себя как позитивную личность, как целостный субъект, способный к зрелой и целенаправленной активности.

Включение ребят в такие занятия будет способствовать не только закреплению опыта позитивного переживания межличностного взаимодействия в различных ситуациях, но и конструктивному преодолению жизненно важных мотивационных и ценностных внутриличностных противоречий, что в дальнейшем

поможет позитивно смотреть на жизнь и добиться успехов в различных жизненных ситуациях.

Занятия помогут ребятам гибко изменять тактику и вырабатывать общие способы эффективного поведения и индивидуальных возможностей рефлексивного осознания и регуляции своих эмоций и поступков, выбирать из всего предлагаемого материала то, что стоит переносить в реальную жизнь.

Таким образом, у участников программы должна сформироваться психологическая готовность к перенесению полученного позитивного опыта и новых способов взаимодействия в условия реальной жизни.

#### *Итоговые результаты реализации программы*

Итоговыми результатами могут стать отзывы о занятиях обучающихся, их готовность к самопознанию и самосовершенствованию, способность к целеполаганию, прогнозированию и рефлексии своего поведения, а также умение ребят использовать свой личностный потенциал для решения возникающих проблем. Отсроченными результатами реализации программы станет готовность старшеклассников рационально вести себя в трудных ситуациях, выбирать адекватные, конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации, повышение стрессоустойчивости, мотивации к достижению успеха, способности к позитивному принятию других, ассертивности, гибкости поведения. Перенос усвоенных знаний и приемов общения в реальные жизненные ситуации и является наиболее важным показателем.

#### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Оценка эффективности данной программы может меняться в зависимости от того, кто ее оценивает, так как позиция участника такого рода программы в значительной мере определяет и итоговую оценку ее успешности. Критериями успешности являются:

1. Для обучающегося:

— эмоциональное удовлетворение от занятий;

— изменение эмоционального баланса в целом с преобладанием положительных чувств и переживаний;

— получение навыков, способствующих безопасному и конструктивному взаимодействию с другими людьми;

— получение знаний, позволяющих находить конструктивный выход из трудных ситуаций.

2. Для специалиста, реализующего программу:

— достижение поставленных в программе цели и задач.

3. Для родителей:

— степень удовлетворенности их запроса;

— особенности осознания ими проблем ребенка и стоящей перед ними воспитательной задачи.

Оценка эффективности профилактической программы должна быть: полезной (оценивать только то, что необходимо); выполнимой (доступной для проведения); систематичной (осуществляться постоянно и иметь заверченный характер); этичной (объективной); точной (отвечать установленным требованиям). Оценка эффективности отдельных этапов программы дает возможность улучшить программу путем своевременного обнаружения ее сильных и слабых сторон, отслеживания ресурсов, используемых в программе, принятия оперативного решения о целесообразности продолжения программы. Такая оценка предполагает систематический сбор и анализ информации о реализации, основных чертах и результатах программы.

Для оценки эффективности данной программы предполагается использовать формы текущего контроля: умение применить полученные навыки, рефлексия, структурированное наблюдение в процессе занятий.

Одним из наиболее доступных методов оценки текущей эффективности профилактической работы является метод наблюдения. В этом случае наблюдатель, изучая особенности поведения обучающихся, ищет определенные его проявления, свидетельствующие о наличии у участников тех или иных социальных установок, а также выявляет уровень сформированности этих установок.

Формами итогового контроля могут быть экспертные опросы родителей и учителей и экспресс-опросы обучающихся. Также способами оценки эффективности программы могут стать психологические интервью, анкетирование, контрольные вопросы, психологические игры, проективные методики и др.

Кроме того, возможно использование сравнительного анализа психодиагностических исследований по следующим методикам:

— методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд), где как значимые используются шкалы: адаптивность — дезадаптивность, принятие себя — непринятие себя, принятие других — непринятие других, эмоциональный комфорт — эмоциональный дискомфорт, внутренний контроль — внешний контроль, доминирование — ведомость, эскапизм (уход от проблем) (Приложение 1);

— методика «Самооценки психических состояний» (Г. Айзенк) (Приложение 2), критерии: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность, которые можно использовать в совокупности для оценки актуального состояния личности (можно ограничиться только оценкой уровня фрустрации);

— тест «Смысложизненные ориентации» (адаптирован Д.А. Леонтьевым, СЖО) (Приложение 3), критерии: наличие или отсутствие целей в будущем, осмысленность жизненной перспективы, интерес к жизни, удовлетворенность жизнью, представление о себе как об активной и сильной личности, самостоятельно принимающей решения и контролирующей свою жизнь (Приложение 4). Данная методика может быть использована в качестве дополнительной для оценки общего уровня направленности личности и отношения к жизни.

Таким образом, критериями оценки результатов реализации программы «Точка равновесия» являются:

— увеличение на 15% доли обучающихся с высоким и средним уровнем социально-психологической адаптации;

— снижение до 20–25% доли обучающихся с низкой степенью толерантности к фрустрации;

— положительные отзывы обучающихся об участии в программе.

Необходимо помнить, что эффекты психологической работы проявляются на протяжении достаточно длительного временного интервала. Поэтому объективно проверить эффективность проведенной психологической работы достаточно сложно. Успешность реализации программы сможет подтвердить только дальнейшая жизнь.

### **Сведения о практической апробации программы «Точка равновесия» на базе ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск**

Программа «Точка равновесия» реализуется в школе на протяжении трех лет. Обучение по данной программе прошли 110 старшеклассников: в 2020–2021 учебном году — 51 человек, в 2021–2022-м — 28 человек, в 2022–2023 учебном году — 31 человек.

Апробация программы была проведена на базе ГБОУ СОШ № 10 г.о. Чапаевск в 2020 году. Принимали участие 51 человек (3 группы) в возрасте 15–16 лет. Было проведено по 10 занятий в каждой группе. Занятия проводились 1 раз в неделю в течение года согласно расписанию.

В номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года профилактической психолого-педагогической программе «Точка равновесия» присуждено 2-е место.

В полном объеме профилактическая психолого-педагогическая программа «Точка равновесия» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9\\_11/materials/pivcova/Pivcova\\_T.N.\\_Tochka\\_ravnovesiya.pdf](http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/pivcova/Pivcova_T.N._Tochka_ravnovesiya.pdf)

## **Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, «Счастливый родитель»**

Автор-составитель:

**Варламова Лариса Николаевна,**

педагог-психолог МБУ детский сад № 53 «Чайка» г.о. Тольятти Самарской области

Становление родительства — кропотливый и нелегкий процесс. Специалисты в области детско-родительских отношений важнейшим показателем качества родительства признают педагогическую компетентность матери и отца, проявляющуюся в гибкости, адаптивности, изобретательности их родительской позиции (А.А. Бодалев, А.Я. Варга, З. Матейчек, О.С. Сермягина и т.д.), что предполагает осознание (рефлексия) родителями своей воспитательной роли, собственного опыта взаимоотношений с ребенком. Для этого родители должны переосмыслить свои воспитательные установки и стереотипы мышления, раскрыть свои внутренние резервы.

О необходимости активного изучения всего ряда проблем семьи, воспитывающей ребенка с дефектами развития, говорят и многочисленные работы, появившиеся в разных областях дефектологии в последние десятилетия. Можно отметить работы И.С. Багдарьян (2000), Н.В. Мазуровой (1997), Г.А. Мишиной (2001), М.М. Семаго (1992), В.В. Ткачевой (1998, 1999, 2003, 2004).

Заинтересованность узких специалистов не останавливается на достигнутых успехах ученых и не ориентируется только на методические вопросы формирования у детей тех или иных знаний и навыков. Внимание коррекционного воздействия переносится на семью ребенка с нарушениями в развитии. Различные формы обучения, как в государственных, так и в негосударственных образовательных учреждениях, работа с детьми, имеющими выраженные психофизические нарушения здоровья, включают семью такой категории в поле коррекционного воздействия в качестве главного стабилизирующего фактора

социальной адаптации ребенка. Это определяет актуальность исследования на научно-теоретическом уровне.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» одна из основных задач детского сада — «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка». В основе философии взаимодействия семьи и дошкольного учреждения лежит идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, все остальные институты социализации призваны помочь, поддержать, направить их воспитательную деятельность. Как сказано в законе «Об образовании» в Российской Федерации (ст.18, п.1), «родители являются первыми педагогами, они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте».

К нормативно-правовым основаниям разработки и реализации программы также относятся:

- Профессиональный стандарт педагога-психолога.
- Этический кодекс педагога-психолога.
- Конституция Российской Федерации.
- Семейный кодекс Российской Федерации, Конвенция о правах ребенка.
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных».
- Федеральный закон от 21 июня 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Семья — первая и наиболее естественная форма человеческих отношений. Для каждого человека семья является главной и незаменимой пристанью и опорой. К сожалению, семья в настоящее время переживает тяжелейший духовный, нравственный и экономический кризис. Поэтому необходимо помочь родителям в

воспитании своих детей. Важная роль отводится социализации, или усвоению ими нравственных норм и правил, образцов поведения, необходимых для развития положительных качеств личности.

В настоящее время проблема гармонизации внутрисемейных взаимоотношений изменяется при рождении ребенка с проблемами в развитии.

Члены семей узнают, что у их ребенка есть серьезные проблемы со здоровьем, по-разному. Некоторые нарушения видны уже при рождении — например, заячья губа или синдром Дауна. Другие часто остаются недиагностированными в течение нескольких лет — например, аутизм. Но в любом случае известие о том, что их малыш не такой, как все, вызывает у родителей и родственников сильный стресс, шок и чувство потери. Некоторые специалисты говорят о том, что известие о тяжелом нарушении у сына или дочери рождает горе, подобное горю в случае потери ребенка. Это действительно схожие чувства. Еще до рождения малыша у родителей есть представление о том, каким он будет, они обдумывают планы и надежды, связанные с его будущей жизнью и возможностями. Мало кто из членов семьи готов к появлению ребенка, который не сможет оправдать все или многие из этих надежд. Чувство потери, которое возникает, когда обнаруживаются отклонения или нарушения у малыша, объясняется обманутыми ожиданиями: вместо здорового, «обычного» ребенка, которого ждали родители, в их семье появляется ребенок с отклонениями. Одновременно с переживанием горя и потери родители должны ухаживать за тем настоящим ребенком, который у них есть и который нуждается в их заботе и помощи, и нуждается тем более интенсивно, чем сложнее его проблемы со здоровьем и развитием. Тем не менее, иногда признание проблем, постановка даже серьезного диагноза на официальном уровне может принести облегчение родителям. Ведь неизвестность исчезает, и у родственников малыша появляется возможность предпринимать конкретные действия. Особенно часто подобное случается, если диагноз ставят достаточно поздно. Ведь иногда родители даже раньше специалистов замечают, что развитие их малыша отличается от нормы. Для всех членов семьи период принятия — это трудное время.

Для ребенка, имеющего дефект психического или соматического характера, семья, как первичное, наиболее эмоционально значимое пространство жизнедеятельности, должна выполнять свое базовое предназначение — стать для него своеобразной коррекционно-развивающей средой, обеспечивающей компенсацию дефекта. Включаясь в такую среду, ребенок с ограниченными возможностями здоровья учится возмещать свои природные недостатки, обретает возможность справиться с возрастными задачами иными путями.

Однако жизнь большинства семей, в которых рождается такой ребенок, сопровождается целым рядом деструктивных переживаний (вины, разочарования, страха, одиночества, душевной боли, отчаяния), и родители зачастую сами нуждаются в психологической помощи, не имея ресурсов для создания условий, способствующих его адаптации и развития. Таким образом, семья перестает быть институтом социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Именно поэтому особая деятельность по психологическому сопровождению таких семей является востребованной.

Семьи, в которых растет ребенок с ограниченными возможностями, можно отнести к категории семей с особым психологическим статусом, поскольку они имеют специфические, очень сложные психологические и социальные проблемы.

Особое внимание должно уделяться работе с родителями, воспитывающими детей с ОВЗ, к которым относят врожденные аномалии ЦНС, болезнь Дауна, расстройства аутистического спектра (РАС), задержку психоречевого развития.

Как показывает практика, зачастую семьи, в которых появился ребенок с отклонениями в развитии, имеют недостаточные знания и опыт в воспитании и развитии «особых» детей, нуждаются в понимании и поддержке со стороны как общества, так и педагогов. Трудности воспитания вызваны также отсутствием выдержки, терпения, педагогического такта и социальных навыков поведения.

Термин «социальные навыки» имеет большое значение в воспитании ребенка, под ним понимают такое сформированное и закрепленное поведение, с помощью которого индивид (педагог, родитель, ребенок) может осуществлять целенаправленные действия в различных ситуациях, взаимодействуя с

социальной средой. Родители, владеющие социальными навыками, своим поведением передают их детям.

Поэтому групповая работа любого специалиста с родителями сводится к следующему:

— прежде всего, родителям прививают навыки социального наблюдения (навыки диагностики);

— они получают теоретические знания о воспитании детей (усвоение и применение теории);

— закрепляют и отрабатывают практические умения и навыки, способствующие коррекции поведения детей (вмешательство в поведение ребенка).

Отмечая вышесказанное, можно сделать вывод о том, что родителям необходима помощь со стороны специалистов, хотя некоторые из них не осознают такой потребности, и воспитательный потенциал семьи не используется родителями в полной мере.

Анализ современных исследований по изучаемому вопросу убеждает нас в том, что проблемы, связанные с воспитанием ребенка с ОВЗ, влекут за собой нарушения в эмоциональной и социальной сфере у родителей и в семье в целом, что ведет к искажению родительского отношения к детям. Эта проблема решается совместной работой психологов и родителей, основной формой такого взаимодействия является система психологического сопровождения.

Т. Яничева под психологическим сопровождением понимает систему организационных, диагностических, обучающих и развивающих мероприятий для педагогов, учащихся, администрации и родителей, направленных на создание оптимальных условий.

Сущностной характеристикой психологического сопровождения является создание условий для перехода личности и (или) семьи к самопомощи. Условно можно сказать, что в процессе психологического сопровождения специалист создает условия и оказывает необходимую и достаточную (но ни в коем случае не

избыточную) поддержку для перехода от позиции «я не могу» к позиции «я могу сам справляться со своими жизненными трудностями».

Поэтому вопрос правильной организации психолого-педагогической поддержки семей, воспитывающих «особого» ребенка, со стороны специалиста наиболее значим в оказании специализированной психологической помощи.

В МБУ детский сад № 53 «Чайка» городского округа Тольятти педагогом-психологом Варламовой Ларисой Николаевной разработана образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья в рамках родительского клуба «Счастливый родитель», позволяющая познакомить родителей с особенностями развития и воспитания ребенка с ограниченными возможностями здоровья, а также предоставить практическую помощь в решении проблем взаимодействия между членами семьи, помощь в выборе эффективной стратегии воспитания и успешной социализации семьи в современном обществе.

Приобретенные знания и умения помогут родителям понять причины их неудач, научат видеть успехи своих детей и собственные достижения в их воспитании, повысят родительскую уверенность в «завтрашнем дне» и помогут занять правильную позицию по отношению к заболеванию своего ребенка.

Благоприятная, безопасная, открытая рабочая обстановка клуба способствует установлению контакта между родителями; развитию партнерских взаимоотношений; созданию ситуации принятия своего ребенка в сложившейся ситуации. Участие родителей определяется их желанием. Допускаются примеры ситуаций анонимного характера, свободное выражение своего мнения, можно быть пассивным слушателем, можно делиться своим опытом, можно запросить индивидуальную консультацию узких специалистов, можно запросить краткое содержание обсуждаемой темы в форме памятки или буклета.

Работа проводится в форме тематических и практических занятий с элементами тренинга, включает в себя две взаимосвязанные системы знаний — теоретические и практические.

*Теоретическая часть занятия.* В данной части рассматриваются:

– социально-коммуникативные умения детей (детская самостоятельность, бытовая самостоятельность, навыки самообслуживания, желание и умение общаться с окружающими);

– психолого-педагогические возможности детей (возрастные особенности и особенности психических процессов, сенсорно-моторное развитие, игровая деятельность).

*Практическая часть занятия.* Эта часть занятий содержит упражнения, направленные на работу с эмоциональным состоянием участников, на поиск внешних и внутренних ресурсов семьи.

*Элементы тренинга на занятиях* предполагают определенную совокупность упражнений, объединенных в систему, сгруппированных в комплекс занятий, и результатом его является обретенный новый опыт, новые знания, сформированные умения, качества. Такие занятия направлены не только на решение ныне существующих проблем участников, но и на профилактику их возникновения в будущем, в частности, за счет предоставляемой им возможности научиться решать проблемы. На этой стадии работы используются ролевые игры, психотехнические упражнения, дискуссии, сопровождающиеся краткими монологами ведущего, рефлексивными «паузами» и подведением итогов.

*Тематические занятия* включают такие формы работы с родителями, как беседа с элементами презентации, мини-лекции, круглые столы, семинары, игровые упражнения, упражнения с использованием интерактивной доски, консультация, рекомендации, памятки, буклеты. Вся работа ведется в двух направлениях: индивидуально и с коллективом родителей.

Индивидуальные формы работы с родителями — это беседы, консультации психолога и других специалистов (учитель-логопед, учитель-дефектолог), online-консультации через программное обеспечение Skype, электронную почту и другие социальные группы.

Работа организуется педагогом-психологом муниципального бюджетного образовательного учреждения на основании частых запросов и анкетирования

родителей. Однако есть возможность участия в тематических встречах таких специалистов, как учитель-логопед и учитель-дефектолог, которые с удовольствием принимают участие в работе нашего клуба.

Уровень компетентности родителей в вопросах воспитания и образования своего ребенка, а также своего отношения к воспитанию нам позволяет выявить тест-опросник родительского отношения — ОРО (А.Я. Варга, В.В. Столин), который ориентирован на выявление отношений родителей к своим детям.

По результатам наблюдений, консультаций и методов опроса родителей составляется и заполняется профиль сопровождения семьи, воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Группа формируется с учетом графика встреч, в котором педагогом-психологом заранее обозначены темы, и каждый родитель может выбрать, что его интересует и беспокоит, на какие вопросы он хочет получить ответы или, может быть, сам чем-то поделиться. Родители при этом имеют право на высказывание своих мнений, недовольства, а также и право на молчание. Они могут защищать свои интересы в случае несогласия с чем-либо; свободно выбирать и использовать формы участия и презентации своего опыта в воспитании ребенка; получать от специалиста информацию по вопросам воспитания и развития своего ребенка, входящую в его компетенцию; проявлять инициативу, заниматься самообразованием и принимать участие в построении тематических бесед и практических упражнений, вносить коррективы в работу.

Встречи проходят один раз в месяц в вечернее время, то есть в те часы, когда родителям посещение удобно после рабочего дня. Продолжительность каждого занятия 1,5 часа, протяженность во времени — в течение девяти месяцев. Оптимальный количественный состав группы — 20 человек.

Тематика встреч обусловлена проблемами, которые наиболее часто встречаются среди родителей, воспитывающих ребенка с ОВЗ:

– низкий уровень осведомленности родителей о структуре и содержании поставленного ребенку диагноза (МКБ-10), что влечет за собой неправильное восприятие и понимание имеющихся нарушений;

– отсутствие конструктивных взаимоотношений с ребенком на разных возрастных этапах его развития, а также в кризисных ситуациях;

– низкий уровень эмоционального интеллекта родителей (неспособность справиться с эмоционально-напряженными ситуациями, внезапные эмоциональные вспышки, сложности в поддержании дружеских отношений, отсутствие эмпатии, обвинение других в ошибках);

– переживание неоправданных надежд и мечтаний.

**Цель программы:** повысить уровень психологической культуры и компетентности родителей в воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Задачи:**

1) организовать работу с родителями по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии лиц с ограниченными возможностями здоровья;

2) обеспечить психологическую помощь и поддержку в трудноразрешимых вопросах по воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья;

3) обеспечить условия для совершенствования практических умений и навыков, применяемых в коррекции поведенческих нарушений ребенка;

4) изучить положительный опыт семейного воспитания с целью его распространения;

5) повысить активность родителей при анализе педагогических ситуаций;

6) совершенствовать навыки взаимодействия родителей друг с другом;

7) развивать умение осуществлять самоанализ и преодолевать психологические барьеры;

8) способствовать снятию напряжения, постоянной тревоги, созданию атмосферы доброжелательности и защищенности.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что организация таких встреч позволяет родителю самоформировать навыки и умения в построении продуктивных социальных межличностных отношений, анализировать социально-психологические ситуации со своей точки зрения и позиции партнера, развивать в себе способности

познания и понимания себя и других в процессе общения. Коллективное обсуждение помогает совместно разбираться в сложных ситуациях, возникающих при воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья, правильно воспринимать и понимать их поведение и поступки. Такой комплексный подход к организации занятий позволяет наладить взаимодействие с родителями, воспитывающими «особого» ребенка, и проработать с ними основные психологические проблемы детско-родительских отношений и семейного функционирования.

К ожидаемым результатам реализации программы относится хороший уровень педагогической компетентности родителей в вопросах образования детей с ограниченными возможностями здоровья и их развития в целом. Компоненты педагогической компетентности родителей включают в себя:

- конструктивные взаимоотношения семьи с ребенком (и педагогами);
- эмоциональный интеллект родителей;
- осведомленность родителей о клиническом диагнозе ребенка;
- педагогическую культуру воспитания ребенка в семье;
- педагогическую рефлексия (анализ собственных поступков и своей деятельности);
- самоорганизацию, саморазвитие, самосовершенствование и самообразование в аспекте появившейся проблемы.

Ответственность участников реализации программы: педагог-психолог несет ответственность за жизнь и здоровье участников программы, нарушение их прав и свобод в соответствии с законодательством РФ; за соблюдение этических принципов и правил работы с участниками программы; за применение методов обучения и воспитания, связанных с физическим и психическим насилием над личностью. Родители несут ответственность за соблюдение требований, правил внутреннего распорядка, общепринятых норм поведения.

**Ресурсы реализации программы:**

- наличие высшего образования и опыта работы узких специалистов в области коррекционной педагогики и психологии;

– самообразование и совершенствование своих умений по работе с категорией детей, имеющих статус «ограниченные возможности здоровья» (повышение своей квалификации);

– наличие профессиональной компетентности в работе с родителями (доступность в изложении материала, краткость и лаконичность представления темы, участие в совместных играх и упражнениях с родителями);

– наличие просторной комнаты (муз. зал, кабинеты специалистов), магнитофона, интерактивной доски, ноутбука и проектора;

– доступ к интернет-ресурсам или готовый скачанный материал: мультфильмы, видеоролики, варианты визуальной релаксации (шум моря и т.п.).

Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы: интерактивная доска (ластик, стилус 2 шт.) MULTITouch Series, ноутбук, проектор, колонки, доступ к интернет-ресурсу.

Программа прошла апробацию на базе МБУ детский сад № 53 г.о. Тольятти с 2018 по 2020 год, участие принимали 55 родителей за весь период апробации.

В номинации «Образовательные психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Образовательной (просветительской) психолого-педагогической программе психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья «Счастливый родитель» присуждено 1-е место.

В полном объеме образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа психологического сопровождения родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, «Счастливый родитель» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/varlamova/Schastlivi\\_y\\_roditel.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/varlamova/Schastlivi_y_roditel.pdf)

## Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа для детей старшего дошкольного возраста «Играем, размышляем, развиваемся!»

Автор-составитель:

**Наталья Владимировна Майорова,**

педагог-психолог МАДОУ «Детский сад № 377» г.о. Самара Самарской области

Основной формой познания человеком действительности является интеллект. Интеллектуально-познавательное развитие детей в контексте современного образования рассматривается как жизненно необходимая составная часть формирования всесторонне развитой личности.

В дошкольном возрасте *познавательное развитие* — это сложный комплексный феномен, включающий развитие познавательных процессов (восприятия, мышления, памяти, внимания, воображения), которые представляют собой разные формы ориентации ребенка в окружающем мире и регулируют его деятельность.

В силу разных причин у некоторых детей старшего дошкольного возраста диагностируются трудности в интеллектуально-познавательном развитии, что впоследствии, при переходе на следующую образовательную ступень, становится причиной их неуспеваемости в школе. Это, в свою очередь, говорит о необходимости коррекционно-развивающей психолого-педагогической помощи детям в этом направлении на этапе дошкольного образования.

### **Актуальность, практическая направленность и новизна программы**

Ребенок дошкольного возраста обладает поистине огромными возможностями познания. В нем заложен инстинкт познания и исследования мира. Основной формой познания человеком действительности является интеллект.

**Интеллект** (от лат. intellectus — понимание, познание) — обобщенная характеристика познавательных (когнитивных, умственных) способностей; способность к приобретению и эффективному использованию знаний.

Интеллектуально-познавательное развитие детей рассматривается как жизненно необходимая составная часть формирования всесторонне развитой личности. В дошкольном возрасте **познавательное развитие** — это сложный комплексный феномен, включающий развитие познавательных процессов (восприятия, мышления, памяти, внимания, воображения), которые представляют собой разные формы ориентации ребенка в окружающем мире, в себе самом и регулируют его деятельность.

В работах отечественных и зарубежных ученых дошкольное детство определяется как период, оптимальный для интеллектуально-познавательного развития. Какие-либо дефекты познавательного развития трудновосполнимы в более старшем возрасте и оказывают отрицательное влияние на все дальнейшее развитие ребенка (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, Н.Ф. Добрынин, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, Д.Б. Эльконин).

В каждом возрастном этапе для развития той или иной психической функции выделяют «норму», которая может быть соотнесена с каждым параметром временной структуры индивидуального развития. Понятие «нормы» условно и определяется через стандартизацию теста путем предложения его большой группе лиц определенного возраста. Относительно средней нормы интерпретируются результаты каждого ребенка (Л.В. Выготский).

В силу разных причин у некоторых детей старшего дошкольного возраста диагностируется *низкий уровень интеллектуально-познавательного развития*. Под низким уровнем рассматриваем такое развитие познавательных функций, которое не соответствует среднестатистической условной возрастной норме, системе предъявляемых к ребенку социальных требований и ожиданий, но при этом не обусловлено органическим поражением центральной нервной системы.

Воспитанников, испытывающих трудности в интеллектуально-познавательном развитии (показавших в результате диагностики низкий уровень познавательного развития), характеризует наличие всех или большинства нижеперечисленных **психологических особенностей**:

— недостаточная сформированность устойчивости, переключения, распределения внимания и его произвольности;

— сниженный уровень развития целостности восприятия, трудности в восприятии сенсорных эталонов;

— трудности в формировании пространственно-временных представлений;

— слабое развитие зрительной, слуховой памяти (недостаточная сформированность процесса опосредованного смыслового запоминания, долгосрочного удержания информации и воспроизведения ее);

— несформированность всех или отдельных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, классификации, обобщения;

— несформированность способности устанавливать временную последовательность событий, причинно-следственные связи; способности размышлять, выявлять закономерность, делать простые умозаключения;

— недостаточный уровень развития связной речи;

— сниженный уровень познавательной активности;

— произвольный характер познавательных функций;

— как следствие, частичное усвоение образовательной программы ДОУ.

В дальнейшем проблемы в познавательном развитии ребенка дошкольного возраста при переходе на следующую образовательную ступень станут причиной его неуспеваемости в школе.

Наличие трудностей в интеллектуально-познавательном развитии дошкольников требует проведения коррекционно-развивающей работы с целью формирования у воспитанников познавательных процессов и интеллектуальных операций, развития навыков умственной деятельности и стимуляции интеллектуальной активности.

Научные исследования показывают, что дошкольникам с низким уровнем интеллектуально-познавательного развития доступно понимание общих связей, принципов и закономерностей, лежащих в основе научного знания. Однако

достаточно хорошего уровня интеллектуального развития возможно достичь только в том случае, если:

- основной вектор развития интеллектуальных способностей направлен на коррекцию и развитие процессов познания — восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения;

- обучающее воздействие на ребенка специально организовано;

- обучение является развивающим и ориентировано на зону ближайшего развития ребенка.

Таким образом, вопрос коррекции и полноценного развития интеллектуально-познавательной сферы детей дошкольного возраста по-прежнему остается актуальным на сегодняшний день. Актуальность программы по данному направлению обусловлена, с одной стороны, объективной необходимостью преодоления проблем в познавательном развитии старших дошкольников, а с другой стороны — недостаточной разработанностью проблемы на методическом уровне.

**Практическая направленность.** Программа «*Играем, размышляем, развиваемся!*» является коррекционно-развивающей психолого-педагогической, предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста (6–7 лет), испытывающими трудности в интеллектуально-познавательном развитии. Программа направлена на преодоление проблем в развитии интеллектуально-познавательной сферы дошкольников, на коррекцию и развитие произвольного внимания и его свойств, восприятия, памяти, на формирование у воспитанников мыслительных операций, совершенствование связной речи.

Особенностью программы является применение *индивидуальной формы работы* с воспитанниками, что позволяет эффективно выстраивать коррекционно-развивающий процесс, исходя из трудностей конкретного ребенка, опираясь на зону ближайшего развития и его актуальные возможности.

**Новизна программы** заключается в применении на коррекционно-развивающих занятиях с воспитанниками современных информационно-

коммуникационных технологий — компьютерных дидактических упражнений игрового характера образовательной программы KidSmart.

По мнению О.К. Тихомирова, исследования использования информационно-коммуникационных технологий в ДОУ убедительно доказывают не только возможность и целесообразность этого процесса, но и особую роль компьютера в развитии интеллекта и личности ребенка. Использование электронно-образовательных ресурсов позволяет значительно повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса, индивидуализировать обучение детей дошкольного возраста. Внедрение информационно-коммуникационных технологий способствует коренным изменениям широко используемых в традиционной методике демонстрационных и иллюстративно-объяснительных методов, ориентированных, в основном, на коллективное восприятие информации. Доказано, что применение компьютерных образовательных технологий в индивидуальных занятиях с дошкольниками приводит к развитию положительной мотивации, познавательной активности, формированию всех познавательных процессов, эффективному усвоению новых знаний, способствуя тем самым умственному развитию детей (В.П. Беспалько, О.И. Кукушкина, Е.И. Машбиц, О.К. Тихомиров).

Применение электронных образовательных ресурсов дает возможность индивидуализировать и дифференцировать образовательный процесс, работать в зоне ближайшего развития ребенка, что весьма важно в коррекционно-развивающей деятельности с детьми дошкольного возраста.

### **Научно-методические, нормативно-правовые основания разработки и реализации программы**

Научно-методологической и методической основой программы в контексте отечественной психологической практики явились положения общей, возрастной и педагогической психологии, а именно:

— культурно-историческая концепция психического развития, учения о системном характере высших психических функций, об актуальном и потенциальном уровнях развития, зоне ближайшего развития (Л.С. Выготский);

— положения о поэтапном формировании умственных действий и о ведущей роли обучения в процессе развития (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, А.Н. Леонтьев);

— принципы учета возрастных особенностей и личностного роста (Л.С. Выготский, А.В. Петровский, А.В. Божович и др.);

— принцип деятельностного подхода в формировании возрастных новообразований (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.В. Рубцов и др.);

— концепция развивающего обучения (Л.В. Занков, В.В. Давыдов);

— концепция периодизации психического развития ребенка (Д.Б. Эльконин).

Определение содержания программы связано с методическими основами, которые раскрываются через **принципы** психолого-педагогической коррекционно-развивающей работы:

*Принцип единства диагностики и коррекции.* Прежде чем решать, нужна ли психологическая коррекция ребенку, необходимо выявить особенности его психического развития, уровень сформированности определенных психологических новообразований, соответствие уровня развития умений, знаний, навыков возрастным периодам. Задачи коррекционной работы могут быть правильно поставлены только на основе полной психологической диагностики зоны как актуального, так и ближайшего развития ребенка.

*Принцип гуманизма* — веры в возможности ребенка. Предполагает поиск позитивных ресурсов для преодоления возникших трудностей и проблем, сохранения веры в положительные качества и силы человека.

*Принцип развивающего образования.* Реализуется через деятельность каждого дошкольника в зоне его ближайшего развития.

*Принцип системности.* Предполагает понимание ребенка как целостной системы. В соответствии с принципом системности организация коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими трудности в развитии, опирается на компенсаторные силы и возможности ребенка.

*Принцип психологической комфортности.* Заключается в создании образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов.

*Принцип реальности.* Предполагает, прежде всего, учет реальных возможностей ребенка и ситуации.

*Принцип деятельностного подхода.* Предполагает опору коррекционно-развивающей работы на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту, а также его целенаправленное формирование, так как только в деятельности происходит развитие и формирование ребенка.

*Принцип индивидуально-дифференцированного подхода.* Предполагает изменение форм и способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, целей работы, позиции и возможностей специалистов.

*Принцип расширяющейся спирали:* одни и те же значимые представления и познавательные умения периодически актуализируются педагогом-психологом перед ребенком, причем их содержание постепенно усложняется.

*Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка* к участию в коррекционной программе. Воспитывающие взрослые являются также связующим звеном между ребенком и педагогом-психологом, осуществляющим коррекционную работу. Только сотрудничество со значимым окружением ребенка может способствовать эффективности проводимых коррекционно-развивающих мероприятий.

Программа «Играем, размышляем, развиваемся!» разработана в соответствии **с нормативными правовыми документами:**

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

— Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155.

— Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».

— Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

— Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013–2020 годы (Распоряжение правительства РФ от 22 ноября 2012 г. № 2148-р).

— Устав ДООУ, локальные акты учреждения, нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность педагога-психолога дошкольного образовательного учреждения.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы:** коррекция и развитие интеллектуально-познавательной сферы детей 6–7 лет посредством информационно-коммуникационных технологий — компьютерных упражнений образовательной программы KidSmart.

### **Задачи программы:**

— Скорректировать и развить произвольное внимание и его свойства (устойчивость, переключение, распределение).

— Скорректировать и развить восприятие на основе формирования сенсорных и пространственно-временных представлений.

— Скорректировать и развить слуховую и зрительную память.

— Сформировать мыслительные операции (анализ, синтез, обобщение, классификация, сравнение).

— Совершенствовать связную речь.

Параллельно с решением основных вышеперечисленных задач реализация программы способствует развитию у детей воображения, формированию зрительно-моторной координации, способности работать по образцу и инструкции взрослого, повышению познавательной активности воспитанников.

**Планируемые результаты.** Результатами реализации программы являются наличие положительной динамики в развитии познавательных процессов и формирование когнитивных способностей у дошкольников.

*Итоговым результатом* является повышение общего уровня интеллектуально-познавательного развития каждого воспитанника до среднестатистической условной возрастной нормы.

**Адресат:** программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста (6–7 лет), испытывающих трудности в интеллектуально-познавательном развитии (имеющих низкий уровень развития интеллектуально-познавательной сферы).

### **Сроки, этапы и алгоритм реализации программы**

Программа реализуется в течение одного учебного года, рассчитана на 30 занятий, которые проводятся индивидуально с ребенком 1 раз в неделю в первой половине дня. Длительность каждого занятия составляет 25 минут.

Программа включает 3 этапа — диагностический, коррекционно-развивающий, контрольно-диагностический, реализующиеся поочередно.

**1. Диагностический этап** (сентябрь — 2 занятия), на котором реализуется *подготовительный модуль*, предполагает диагностику первичного уровня интеллектуально-познавательного развития ребенка, особенностей развития, выявление недостатков познавательной сферы, а также индивидуальных возможностей воспитанника.

**2. Коррекционно-развивающий этап** (октябрь – апрель, 26 занятий), на котором реализуются два модуля:

– *формирующий модуль* (13 занятий) — носит корректирующий и обучающий характер и направлен на коррекцию и формирование у ребенка тех или иных познавательных функций.

– *закрепляющий модуль* (13 занятий) — имеет закрепляющий и развивающий характер; рассчитан на закрепление и совершенствование изученных понятий, приемов, развитие познавательных процессов

(предполагает выполнение заданий на более высоком уровне сложности).

**3. Контрольно-диагностический этап** (май — 2 занятия), на котором реализуется *контрольно-оценочный модуль*; предполагает оценку эффективности коррекционных воздействий — контрольную диагностику уровня интеллектуально-познавательного развития дошкольников, выявление динамики в их развитии.

### **Участники реализации программы**

Данную программу реализует педагог-психолог ДОО с воспитанниками старшего дошкольного возраста (6–7 лет), испытывающими трудности в интеллектуально-познавательном развитии, подготовительных к школе групп общеразвивающего вида.

По желанию на занятиях могут присутствовать родители (законные представители) воспитанников, при условии, что это не мешает работе ребенка на занятии.

### **Содержание программы**

#### **Характеристика курса программы**

Программа «Играем, размышляем, развиваемся!» представляет собой цикл индивидуальных коррекционно-развивающих занятий с четко выделенными темами, целями и структурой построения каждого занятия. Сложность предлагаемого ребенку материала возрастает от занятия к занятию, а степень сложности может варьироваться в процессе одного занятия, исходя из индивидуальных особенностей и потребностей ребенка. Такую возможность дает нам использование на занятиях компьютерных дидактических упражнений игрового характера образовательной программы KidSmart, которые положены в основу данной программы.

Образовательная программа раннего обучения KidSmart, разработанная компанией IBM, успешно реализуется более чем в 60 странах мира, а с 2007 года применяется в России. Она предназначена для обучения и развития детей 3–7 лет

посредством использования информационно-коммуникационных технологий и создания стимулирующей среды обучения, способствующей когнитивному и психическому развитию детей. Обучение осуществляется с помощью русифицированного программного обеспечения, разработанного для данной программы.

В результате анализа возможностей программы KidSmart с учетом ФГОС дошкольного образования и потребностей детей, испытывающих трудности в интеллектуально-познавательном развитии, были выделены *преимущества ее использования в работе с воспитанниками в дошкольном образовательном учреждении:*

*Возрастная адекватность программы.* Обучающая программа предназначена для детей 3–7 лет и реализуется в форме игры, т.е. в специфической для детей данной возрастной группы форме. Для занятий с воспитанниками были отобраны только те дидактические упражнения, которые соответствуют уровню и задачам развития детей 6–7 лет.

*Гибкость программного обеспечения* (несколько уровней сложности в игре). Программа позволяет настраивать уровень сложности задания в каждом упражнении, подстраиваясь под индивидуальные возможности и потребности ребенка, что позволяет работать в зоне его ближайшего развития.

*Наличие двух режимов в игре* — «Режим изучения» и «Режим заданий». «Режим изучения» дает возможность детям свободно двигаться по игре в форме исследовательской деятельности и творческой активности, а «Режим заданий» позволяет сформировать познавательные действия, отработать полученные навыки.

*Красочность, динамичность, анимация* в упражнениях помогают воспринимать материал на качественно новом уровне, привлекая внимание дошкольника, стимулируя его к активной деятельности.

*Наличие звукового сопровождения* позволяет воспитанникам воспринимать информацию не только с помощью зрительных анализаторов, но и с помощью слуховых, а значит, эффективнее усваивать материал, развивать познавательные процессы на слуховом уровне.

*Наличие персонажей, общающихся с ребенком.* В каждой игре есть персонаж (животное или птица), который общается с ребенком: дает инструкцию к игре, подбадривает при неверном выполнении, хвалит за правильное выполнение задания. Такой подход создает игровую ситуацию и формирует правильную реакцию ребенка на успех и неудачу.

*Большое разнообразие игр-упражнений,* направленных на развитие познавательной сферы и формирование когнитивных способностей:

- на развитие зрительного и слухового восприятия, внимания, памяти;
- на формирование сенсорных представлений;
- на развитие мышления и формирование мыслительных операций;
- на развитие пространственно-временных представлений;
- на формирование способности устанавливать временную последовательность событий, причинно-следственные связи;
- на развитие воображения и творческой активности;
- на формирование математических представлений, представлений об окружающем, развитие связной речи.

Все вышеуказанные преимущества послужили причиной для выбора данного электронного образовательного ресурса в качестве основы коррекционно-развивающей деятельности с дошкольниками.

Каждое занятие выстроено по ***следующей структуре***:

Вводная часть: приветствие, введение в тему занятия.

Компьютерная развивающая игра.

Гимнастика для глаз.

Дидактическая игра или упражнение.

Физминутка.

Письменная работа по карточке на печатной основе.

Заключительная часть: подведение итогов, поощрение ребенка (наклейка на карточку).

Начинается занятие с *взаимного приветствия*, педагог-психолог вводит ребенка в тему занятия, сообщает ему название компьютерной игры, знакомит с персонажем игры, который будет давать задания.

Затем ребенок выполняет задание *компьютерной игры*, цель которой отвечает общей цели занятия. Педагог-психолог вместе с персонажем игры объясняет задание, которое нужно выполнить ребенку, затем контролирует выполнение. Если ребенок ошибается, персонаж произносит реплики: «Это неверный выбор», «Попробуй еще раз», подбадривая и мотивируя ребенка на нахождение правильного решения. Если на I уровне сложности ребенок быстро справляется с заданием, осуществляется переход на II уровень сложности игры.

По завершении работы за компьютером проводится *гимнастика для глаз ребенка*, целью которой является профилактика нарушений зрения дошкольников, а именно: предупреждение утомления, укрепление глазных мышц, снятие напряжения. Упражнения выполняются вместе с педагогом-психологом или под его контролем. Затем проводится *дидактическая игра или упражнение* с наглядным, раздаточным материалом, способствующее развитию познавательных функций.

Обязательной частью занятия является *физминутка*. Ее задача заключается не только в том, чтобы ребенок подвигался и отдохнул. В процессе выполнения он заучивает текст физминутки, развивая слуховую память; выполняет определенные двигательные действия, синхронизируя речь с движениями, развивает моторную координацию.

Следующая часть занятия — *письменная работа по карточке*, отвечающей основной цели занятия.

*Заключительная часть занятия* — подведение итогов занятия, рефлексия (ребенок сообщает, что ему больше всего понравилось, что было интересным, трудным). Педагог-психолог отмечает успехи воспитанника, в качестве поощрения приклеивает наклейку на карточку письменной работы.

### ***Особенности проведения занятий***

Занятия с применением дидактических упражнений программы KidSmart выстраиваются согласно действующим требованиям СанПиН по использованию

компьютерных технологий в образовательной деятельности с детьми 6–7 лет: время работы ребенка за компьютером составляет 10 минут; занятия проводятся в первой половине дня; кратность работы на компьютере — 1 раз в неделю.

Большинство компьютерных упражнений используются в работе с ребенком 2 раза: первый раз на этапе формирования того или иного умения, второй — на этапе закрепления и совершенствования этого умения на более высоком уровне сложности. После работы на компьютере, как было сказано выше, проводится гимнастика для глаз.

При проведении упражнений на компьютере очень важно добиваться от ребенка объяснения производимых им действий, рассуждений по ходу игры, что позволяет не превращать развивающую игру в «угадайку», а также способствует развитию мышления и связной речи дошкольника.

Занятия носят интегративный характер и отражают содержание всех образовательных областей: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие». Тема каждого занятия в планировании программы определяется по названию компьютерной игры, применяемой на занятии. Если игра в ходе реализации программы применяется 2 раза на разных уровнях сложности, то в учебно-тематическом плане указывается рекомендуемый уровень сложности на данном занятии.

Коррекционно-развивающая программа «Играем, размышляем, развиваемся!» реализуется с учетом возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста, способствует обеспечению единого процесса социализации — индивидуализации личности через осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей. Программа является «открытой» и предусматривает вариативность, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Данная программа прошла успешную практическую апробацию в течение двух лет на базе МАДОУ «Детский сад № 377» г.о. Самара, где реализуется по настоящее время. Программа имеет положительную рецензию, а также

положительные отзывы администрации ДОУ, педагогов и родителей воспитанников.

В номинации «Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Коррекционно-развивающей психолого-педагогической программе для детей старшего дошкольного возраста «Играем, размышляем, развиваемся!» присуждено 3-е место.

В полном объеме коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа для детей старшего дошкольного возраста «Играем, размышляем, развиваемся!» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Mayorova N.V. Programma Igrayem,razmyshlyayem,razvivayemlya!.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Mayorova_N.V._Programma_Igrayem,razmyshlyayem,razvivayemlya!.pdf)

## Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций»

Авторы-составители:

**Кирсанова Татьяна Витальевна,**

заведующая МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» г.о. Тольятти Самарской области;

**Буравлева Ася Ниязовна,**

методист МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» г.о. Тольятти Самарской области;

**Строкова Ольга Николаевна,**

старший воспитатель МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» г.о. Тольятти Самарской области;

**Иванцова Галина Анатольевна,**

педагог-психолог МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» г.о. Тольятти Самарской области;

**Таймолкина Елена Евгеньевна,**

педагог-психолог МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» г.о. Тольятти Самарской области

Дошкольный возраст отличается интенсивным эмоциональным развитием ребенка, является периодом формирования его высших эмоций, оказывающих решающее воздействие на всю дальнейшую жизнь.

Известно, что подавление сильных эмоций в дошкольном возрасте может привести к неврозам и психологическим проблемам во взрослой жизни.

Исследования показывают рост числа конфликтов в образовательной среде (международное сравнительное исследование качества граждановедческого образования ICCS), одним из факторов которых является неумение детей налаживать отношения, устанавливать взаимопонимание и находить общие интересы. Данные тенденции характерны и для МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки». На основе наблюдения было установлено, что одна из причин конфликтных отношений между старшими дошкольниками — неумение детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей, управлять своими чувствами и эмоциями. В связи с этим крайне важно уделять внимание социально-эмоциональному развитию ребенка, когда он приобретает первые навыки

взаимодействия с окружающим, учится заводить друзей, общаться со сверстниками и взрослыми.

Снятие эмоционального напряжения, развитие понимания своих эмоций и адекватного выражения их с помощью цвета, мимики, слов, движений, принятие позиции другого человека способствует повышению активности ребенка в освоении жизненного пространства. В связи с этим возникает вопрос, каким образом организовать в МАОУ работу по развитию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников.

Для решения данной проблемы авторским коллективом была разработана **развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций».**

### **Актуальность программы**

ФГОС дошкольного образования ориентирует педагогов на создание условий для позитивной социализации и индивидуализации дошкольников, для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Гармоничное развитие эмоциональной сферы дошкольника — это залог благополучного интеллекта, воли, самосознания. Развитие эмоций ребенка должно проходить неразрывно от развития коммуникативных навыков, так как оба эти компонента являются важными составляющими психического здоровья дошкольника. Предпосылкой полноценного психического здоровья детей является состояние душевного комфорта, обеспечивающее регуляцию их поведения в процессе педагогической деятельности. Главную, определяющую роль в психическом развитии играет социальный опыт, который ребенок приобретает, главным образом, в детском саду, общаясь со сверстниками и взрослыми.

Эмоциональные процессы являются той сферой психологического бытия ребенка, которая заряжает и регулирует все остальные его функции, такие как восприятие, внимание, память, мышление, воображение. Эффективность обучения во многом зависит от эмоционального отношения ребенка к обучающему, к заданию, предлагаемому взрослым, к чувствам, возникающим у ребенка, и к

переживаниям, связанным с успехами и неудачами. Таким образом, отмечая влияние эмоциональной сферы ребенка на весь ход его психического становления, мы приходим к пониманию необходимости в ее своевременном развитии.

Крайне важно уделять внимание социально-эмоциональному развитию ребенка, когда он приобретает первые навыки взаимодействия с окружающими, учится заводить друзей, общаться со сверстниками и взрослыми. Формой решения данной задачи является разработанная авторским коллективом развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций». Отличительной особенностью предлагаемых материалов является модульность структуры и содержания.

**Цель программы:** формирование социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников через развитие эмоциональной сферы.

**Задачи программы:**

- расширять представление детей об эмоциях;
- формировать навыки адекватного эмоционального реагирования на совершенное действие или поступок;
- формировать у детей «язык» эмоций как способ выражения собственного эмоционального состояния и способность к эмоциональной саморегуляции;
- развивать социально-личностные качества, навыки совместной деятельности, дружеские взаимоотношения через игру, игровые занятия, общение в повседневной жизни;
- развивать эмпатию, творческое воображение.

**Структура и содержание программы**

Предлагаемую программу можно рассматривать как психопрофилактическую и развивающую технологию, к которой применима четкая последовательность проведения.

**Предварительным и заключительным этапом** данной программы является обязательный диагностический блок, который необходим для получения первичной информации.

Основными критериями при подборе методик были:

- высокая информативность;
- экономичность по времени;
- простота проведения.

С содержательной точки зрения отбирались методики, позволяющие получить представление о структуре нарушений, зоне ближайшего развития ребенка.

Оптимальным комплектом методик стали:

**Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л. П.)**

**Задание №1** направлено на изучение особенностей использования детьми мимики и пантомимики при демонстрации данной эмоции.

**Задание №2** позволяет изучить выразительность речи.

**Задание №3** направлено на изучение восприятия детьми графического изображения эмоций.

**Задание №4** диагностирует понимание детьми эмоциональных состояний.

**Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.** Данная методика позволяет оценить индекс тревожности (ИТ) ребенка. Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне, и которая вместе с тем имеет отрицательные последствия.

**Методика «Лесенка» (Щур В.Г.),** предназначена для выявления системы представлений ребенка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

**Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов),** целью которой является выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни.

Далее следует реализация *практического этапа*, который преследует своей целью отработку основных развивающих задач для детей старшего дошкольного возраста (5–6 лет).

Практический этап условно разделен на три темы.

**Тема «Цветные эмоции»** направлена на формирование у ребенка следующих умений: осознание своих эмоций, представление о языке эмоций как знаках, подаваемых человеком о себе; знание 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.

*Используемые формы работы:* элементы тренинга, проигрывание этюдов, релаксация, сказкотерапия, слайдовая презентация, просмотр отрывков из мультипликационных фильмов, психогимнастические приемы, игры на развитие эмоциональной сферы, рефлексия.

**Вторая тема, «Я и мои чувства»**, способствует раскрытию внутреннего мира ребенка, умения в адекватной форме делиться своими эмоциями. Обеспечение чувства психологической защищенности.

*Используемые формы работы:* игра-активити, слайдовая презентация, релаксация, сказкотерапия, арт-терапевтические упражнения, рефлексия.

**Третья тема, «Я и мои чувства»**, предполагает обучение старших дошкольников этически ценным формам и способам поведения во взаимоотношениях с другими людьми, формирование умения устанавливать контакты, сотрудничать.

*Используемые формы работы:* квест-игра, игра-активити, игры на развитие коммуникативных навыков, релаксация, рефлексия.

### **Структура занятий**

Представленные занятия имеют единую структуру.

**Вводная часть** занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Здесь применяются разнообразные эмоциональные приемы: приветствие, игровые упражнения, презентации. Основное внимание

уделяется привлечению внимания участников к обозначенной тематике. Использование эмоциональных приемов направлено на погружение участников в обозначенную проблематику.

**Основная часть** занимает приблизительно 80% от общей продолжительности занятия и включает в себя сочетание теоретического материала с отработкой практических навыков. Занятия разнообразны по своей структуре: занятия с элементами тренинга, квест-игра, игра-активити. Основная часть предполагает также использование раздаточных материалов для реализации творческих заданий, используются видео- и аудиоматериалы для обеспечения разнообразия в преподнесении информации. Каждое занятие сопровождается слайдовой презентацией. Использование интерактивных методов способствует более эффективному освоению используемых технологий.

**Заключительная часть** занимает приблизительно 10% от общей продолжительности занятия. Каждое занятие завершается особыми эмоциональными ритуалами, закрепляющими позитивный опыт.

Занятия программного цикла включают в себя задания и упражнения различной направленности, которые в конечном итоге решают поставленные задачи.

#### **Используемые методики, технологии, инструментарий:**

В процессе реализации программы использовались **следующие образовательные технологии:**

*Личностно-ориентированные технологии, которые, по Г.К. Селевко, ставят в центр личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов.*

Каждое занятие программы построено с учетом возрастных особенностей детей. На занятиях учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка. Воспитанники активно участвуют в упражнениях и играх, высказывают свое мнение, отношение к той или иной ситуации. Занятия строятся на уважении, доверии и взаимопонимании.

*Здоровьесберегающие технологии, которые направлены на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его развития, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни. Используются постоянно во всех типах и на всех этапах занятий: (вводная часть, основная часть, заключительная часть) — проводятся игры и упражнения, направленные на сохранение и развитие психологического здоровья.*

*Информационно-коммуникационные технологии. По определению Г.К. Селевко, информационная технология обучения — это педагогическая технология, применяющая специальные способы, программные и технические средства для работы с информацией. Использование компьютера, мультимедийных презентаций, видеоматериалов, интернет-ресурсов способствует повышению эффективности развивающих занятий с детьми.*

*Игровые технологии. Использование игровых технологий способствует формированию социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников.*

Программа строится на основе игровых упражнений, направленных, в первую очередь, на развитие эмоциональной сферы, эмоционального интеллекта старших дошкольников, снятие тревожности, повышение самооценки, развитие коммуникативных навыков.

*Арт-терапевтические техники — элементы музыкотерапии, рисуночной терапии, сказкотерапии способствуют раскрытию творческого потенциала ребенка.*

#### **Источники технологий:**

Г.К. Селевко. «Современные образовательные технологии».

Л.Д. Лебедева. «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий».

Т.С. Комарова, И.И. Комарова, А.В. Туликов. «Информационно-коммуникативные технологии в дошкольном образовании».

#### **Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы**

Программа имеет интегративную гуманистическую направленность. Права и обязанности участников программы определяются Федеральным законом «Об

образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, Уставом МАОУ детский сад. № 49 «Веселые нотки».

Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе сотрудничества, взаимного уважения. Происходящее в группе всегда определяется личностным выбором каждого участника, никто не может принудить его к совершению каких-либо поступков.

Гарантии прав родителей (законных представителей) регламентированы договором между учреждением и родителями (законными представителями) обучающихся и их согласием на психолого-педагогическое обследование и развивающую работу с ребенком в рамках реализуемой программы. Родители имеют право знакомиться с содержанием развивающей программы. Порядок регламентации и оформления отношений образовательного учреждения и воспитанников и (или) их родителей (законных представителей) предусмотрен уставом образовательного учреждения.

#### **Сфера ответственности, основные права и обязанности участников программы**

Педагог-психолог имеет право на:

- свободу выбора и использования методик в соответствии с основной тематикой программы;
- доведение до сведения родителей (законных представителей) результатов реализации программы, касающихся их ребенка, и другой информации, выявленной в ходе занятий, если она угрожает психологическому или физиологическому здоровью их ребенка.

Педагог-психолог обязан:

- соответствовать требованиям квалификационных характеристик;
- выполнять требования Устава МАОУ, должностных инструкций;
- обеспечивать безопасность жизни и здоровья участников во время реализации программы;
- соблюдать конфиденциальность получаемой от участников информации.

Воспитанник имеет право:

- на добровольное участие в программе;
- на уважение человеческого достоинства, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;
- отказаться от участия в программе при наличии обстоятельств, которые могут нанести вред его психическому и физическому здоровью.

Воспитанник обязан:

- уважать честь и достоинство других участников программы;
- соблюдать правила группы;
- не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы.

Родители (законные представители) детей имеют право:

- присутствовать на развивающих занятиях;
- получать консультативную помощь;
- получать полную и достоверную информацию о результатах проведения развивающего процесса;
- давать оценку эффективности работы по реализации программы в целом и по отдельным вопросам.

Родители (законные представители) обязаны:

- создавать необходимые условия в семье для развития, обучения и воспитания ребенка;
- уважать честь и достоинство других участников программы.

### **Показания и противопоказания к участию в программе**

Показания к участию в программе:

- дети старшего дошкольного возраста (5–6 лет);
- педагоги старших групп.

Противопоказания к участию в программе:

- несогласие родителей (законных представителей);
- психические заболевания;

— глубокое нарушение зрения (слепые) и слуха (глухие).

Поскольку перечисленные категории детей не имеют возможности выполнять задания и упражнения, участвовать в играх, используемых в программе, это может и усугубить психическое состояние ребенка.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

*Итоговый результат:* положительная динамика в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников, повышение самооценки, снижение уровня тревожности (динамика прослеживается относительно стартовых возможностей ребенка).

*Промежуточный результат:*

— овладение средствами общения и способами взаимодействия со сверстниками;

— развитие умения понимать окружающих людей, проявлять к ним доброжелательное отношение, стремиться к общению и взаимодействию;

— снижение риска нарушений психического здоровья детей старшего дошкольного возраста (5–6 лет).

### **Психодиагностический инструментарий, используемый для оценки достижения планируемых результатов**

— Диагностические задания, направленные на выявление уровня развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста (Стрелкова Л.П.)

— Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен;

— Методика «Лесенка» (Щур В.Г.);

— Методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов).

**Система организации внутреннего контроля за реализацией программы** предполагает отслеживание положительной динамики в развитии социально-эмоциональной компетенции старших дошкольников через осуществление диагностических процедур. Педагог-психолог подводит итог работы, оформляя его в виде рефлексивного отчета, включающего в себя качественный и количественный анализ.

## **Сведения о практической апробации программы на базе МАОУ детский сад № 49 «Веселые нотки» городского округа Тольятти**

Предлагаемая развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций» была апробирована в 2018–2019, 2019–2020, 2020–2021, 2021–2022 учебных годах в экспериментальном режиме на группе детей старшего дошкольного возраста. Общая выборка составила 44 ребенка старшего дошкольного возраста. Отследить результативность проведенной работы позволяют выработанные критерии и индикаторы, представленные в программе.

В номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Развивающей психолого-педагогической программе «Разноцветный мир эмоций» присуждено 1-е место

В полном объеме **Развивающая психолого-педагогическая программа «Разноцветный мир эмоций»** опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/kirsanova/Raznotsvetnyy\\_mir\\_emotsiy.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/kirsanova/Raznotsvetnyy_mir_emotsiy.pdf)

## Программа развития самооценки и повышения уверенности в себе «Любимый Я»

Автор-составитель:

**Сердобольская Елена Александровна,**  
педагог-психолог ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»

Развивающая программа «Любимый Я» направлена на формирование адекватной самооценки у подростков — одного из самых важных качеств характера личности, необходимых для самоопределения, формирования воли и уверенности.

Развитие самооценки и повышение уверенности в себе — актуальная в современной психологии и педагогике тема, которая рассматривается, прежде всего, в рамках позитивного мышления. Понятие самооценки включает в себя оценку личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других личностей. Самооценка относится к ядру личности, тем самым являясь важным регулятором поведения. От того, является ли самооценка высокой и адекватной, зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и провалам.

Многие психологи ставят самооценку на первое место среди факторов, определяющих успехи и неудачи в воспитании и развитии личности.

Самооценку В. Сатир ставила на первое место среди факторов, обеспечивающих функционирование семьи как «фабрики», «где формируется физически здоровый, умственно развитый, чувствующий, любящий, веселый, настоящий, творческий, продуктивный человек». Самооценка начинает формироваться с момента появления человека на свет и, возможно, даже раньше — еще в материнской утробе. Но в подростковом возрасте она приобретает определяющее значение. Характеристика человека с высокой адекватной самооценкой есть почти точное определение личности, чувствующей свою компетентность.

Фразы типа «я слабый», «я некрасивый», «я глупый», выражающие низкую самооценку, соответствуют неуспешности. Такие люди нерешительны, зависимы от

чужого мнения, необъективны, часто действуют под влиянием инфантильных чувств, не способны к прямым и честным отношениям с людьми и подменяют их деструктивными психологическими играми. Оправдывая собственные неудачи, они видят в других людях исключительно отрицательные качества.

Заниженная самооценка — это фактор, негативно влияющий на развитие личности. Во взрослой жизни ее воздействие на судьбу человека может проявляться как в обыденных неудачах — несложившейся карьере, несчастливой семейной жизни, — так и в экстремальных проявлениях. Шанс, что ребенок с низким уровнем самооценки в будущем пристрастится к употреблению ПАВ в 1,6 раза выше, чем для детей, высоко оценивающих себя. Этот вывод был сделан на основе анализа многолетней статистики. Подробные результаты исследования опубликовал журнал *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*. В завышенной самооценке также нет ничего хорошего. Она толкает человека на попытки осуществления совершенно нереалистичных замыслов и проектов, что тоже приводит к неудаче.

У низкой самооценки также есть последствия, которые сопровождают человека всю его жизнь. Нелюбовь к себе искажает представления человека о своей личности, а также распространяется на тех, с кем он общается. Низкая самооценка снижает способность личности любить других, понимать и принимать их. В своих исследованиях психологи пришли к выводу, что человек не сможет полюбить кого-то по-настоящему, если сам не может полюбить себя. Праведность любви, которая исходит от человека и которая обращена к человеку, связана с отношением личности к самой себе непосредственно. Если я не могу любить себя, то и других я не могу любить. Если я сомневаюсь в самом себе, в своих способностях, в своей значимости, то и другим я тоже не доверюсь. Для таких «сомневающихся» личности близкие — родители, любимые, родные, друзья — становятся «куклами для битья». И в конце концов их близкие, друзья, дети становятся жертвами их отношения к себе, которое следовало бы осознать и изменить. Низкая самооценка влияет на выбор партнера. Человек, чье чувство собственного достоинства низко, обычно и партнера подбирает себе такого,

который будет подкреплять это чувство, принижать, излишне критиковать и унижать. Такой выбор партнера происходит неосознанно, личность находит нужную «половинку», чтобы раз за разом переживать эмоции и чувства, к которым привыкла. Низкую самооценку родители могут передавать детям. Ведь отношение к жизни таких родителей передает и транслирует неуважение к себе, так что и дети постепенно приобретут такое же отношение к себе. Подсознательно они тоже будут тяготеть к низкой самооценке. Не бывает так, чтобы человек с негативным отношением к себе передал своим детям позитивный настрой к жизни, самоуважение.

Низкая самооценка может стать причиной недовольства общественным укладом жизни. Каждый раз, когда человек с низкой самооценкой разочаровывается в себе, он разочаровывается и винит в этом саму жизнь, ее устройство, которое он воспринимает как несправедливое. Осознанно или нет, но в нем появляется ощущение, что весь мир ему что-то должен. Так появляется недовольство правительством, родителями, школой, полицией, работой, начальником, всей жизнью.

Низкая самооценка — препятствие на пути к настоящей дружбе. Недовольство собой мешает другим увидеть вас настоящего, услышать вас. Если вы очень переживаете из-за внешности или из-за того, что другие думают о вас, то вам не услышать и не увидеть проблемы другого человека. Вас беспокоит лишь отношение к вам других людей. Единственный путь к истинной дружбе — не ставить свои проблемы на первое место, внимательно отнестись к проблемам окружающих.

Низкая самооценка может поставить перед вами неверные цели. Если вы чувствуете, что плохи в своей профессиональной деятельности, то, возможно, вы захотите добиться признания иными путями, достигнув ложных целей, но одобряемых другими людьми. Например, следуя ложным целям, люди покупают ненужную им одежду, дорогие машины, живут в шикарных квартирах — но все это ширма, за которой скрывается душевная пустота и боль. Этим людям не хватит целой жизни, чтобы найти себя настоящего, их поиски ведутся не в том

направлении. Достичь истинных целей возможно, развивая положительные черты характера.

Коррекция низкой самооценки строится в трех направлениях:

– Принятие мнения ребенка. Таким образом, мы на деле даем подростку возможность ощутить его важность, ценность.

– Похвала. Поставив себя на нижнюю ступень социальной и личностной лестницы, подросток продемонстрировал не только низкую самооценку, но и высокую самокритичность, возможно, объективную, но точно — честную и мужественную.

– Позитив. Сосредоточить внимание подростка на том хорошем, что в нем есть, на его успехах.

Ну а как быть, если у ребенка завышенная самооценка? Не исключено, что для столь оптимистичного взгляда на себя у подростка имеются основания. Если все предыдущее его развитие протекало в благоприятных условиях, если отношения в семье построены на принципах любви и принятия, то, скорее всего, так оно и есть. Поэтому, прежде чем делать выводы, стоит задать подростку уточняющие вопросы: «Какие объективные данные подтверждают право на высокое место? В каких областях ты особенно успешен? Достиг ли ты в них совершенства или есть возможности роста? Имеются ли у тебя недостатки? Есть ли среди твоих одноклассников или друзей кто-то, кто лучше тебя? Что ты думаешь о тех, кто не столь успешен?»

Вы можете задавать и другие вопросы. Главное — выяснить: подросток действительно искренне верит в то, что его успехи и достижения дают право на столь высокую позицию и при этом способен критично оценить себя, или же он просто субъективно убежден в собственной исключительности? В первом случае, при уважительном отношении к сверстникам, нет причин для беспокойства, даже если достижения несколько преувеличены. А во втором — есть повод задуматься и начать работать с завышенной самооценкой. При этом, как и в случае с низкой самооценкой, главное — это не поддаваться импульсам и не стараться сразу переубедить подростка. Отмечая его достижения, вводите в похвалу

определенную дозу здоровой критики. При этом ни в коем случае не нужно ничего придумывать и искусственно принижать или обесценивать. Например, если подросток отличился в спорте, вы можете сказать: «Ты молодец, и я горжусь тобой. Ты действительно лучше многих на беговой дорожке. Но только на беговой дорожке. И то, что твои сверстники бегут медленнее, ни в коей мере не означает, что они меньше тебя заслуживают уважения».

Этого простого подхода в большинстве случаев оказывается достаточно, чтобы подросток не строил себе трон, не возводил собственное "Я" на вершину самооценочной лестницы и видел в других достойных партнеров.

Также хороший выход из ситуации — дать возможность подростку убедиться на собственном опыте в несоответствии столь высокой оценки себя реальному положению вещей. То есть, как бы признав его исключительность, предоставить возможность самостоятельно действовать в тех ситуациях, где такая исключительность необходима для достижения успеха. (Кроме случаев, когда возможна реальная угроза жизни и здоровью.) Синяки и шишки, в которых некого винить, кроме себя, любимого, — лучшее лекарство от излишней самоуверенности и заносчивости.

### **Принципы реализации программы**

Реализация программы осуществляется на основе принципов:

- ценности личности;
- уникальности личности (признание индивидуальности подростка);
- приоритета личностного развития (обучение — не самоцель, а средство развития личности ребенка);
- эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

Занятия проводятся в кругу, в форме тренинга, что позволяет достичь атмосферы психологической безопасности. Тему нужно разделить на несколько занятий и увеличивать количество упражнений, чтобы в большей степени закреплять полученные навыки.

### **Методы, технологии и методики работы**

Одним из основных методов данной программы является метод тренинга.

Исходя из этого, в рамках программы применяются следующие методические технологии:

1. Словесные методы.

– короткие лекции (с применением видео, иллюстраций, схем). Слово стимулирует активную деятельность второй сигнальной системы учащихся, обеспечивает высокую культуру слуховых восприятий и мышления, требует умений анализа и синтеза, конкретизации и противопоставления, суждения и умозаключения, развивает речь;

– вербальные игры — загадки, ситуативные игры — усиливают занимательность заданий, развивают смекалку и находчивость, формируют познавательный интерес к теме и предмету. Проводятся, когда необходима передышка, разрядка, облегчающая восприятие материала; программированные инструкции; анализ оценок и самооценок;

– дискуссии и «мозговой штурм».

2. Методы практической работы: рисуночные методики и упражнения, графические работы. Основное назначение практических методов заключается в получении информации для последующего анализа.

3. Метод наблюдения как метод сбора социальной информации путем непосредственного изучения социального явления в его естественных условиях.

4. Метод игры. Ролевые и деловые игры, психогимнастические упражнения.

Способствуют развитию мотивов общения. Подростки, совместно решая задачи, участвуя в игре, учатся общаться, учитывать мнение товарищей. При решении групповых задач используются разные возможности подростков; в практической деятельности, на опыте подростки осознают полезность и быстро соображающих, и критически оценивающих, и трудолюбивых, и осмотрительных, и рискованных товарищей. Совместные эмоциональные переживания во время игры способствуют укреплению межличностных отношений.

В игре каждый подросток может проявить себя, свои знания, умения, характер, волевые качества, свое отношение к деятельности, к людям, что,

несомненно, способствует развитию и укреплению высокой адекватной самооценки. В игре подростки изначально равны, результат зависит от самого игрока, уровня его подготовленности, способностей, выдержки, умений, характера. Ситуация успеха в игре создает благоприятный эмоциональный фон для развития личности подростка. Неудача воспринимается не как личное поражение, а как поражение в игре и стимулирует позитивное принятие себя.

#### **Обеспечение гарантии прав участников программы:**

Все права и гарантии участников программы обеспечиваются в соответствии с ч. 1 ст.42 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 26.12.2012.

Программа может проводиться педагогами-психологами школ, специалистами Регионального социопсихологического центра по следующим направлениям деятельности: развитие, профилактика.

В соответствии с ч. 3 ст. 42 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, родители (законные представители) дают свое согласие на предоставление психолого-педагогической и социальной помощи обучающемуся школы, с целью обеспечения эффективного психолого-педагогического и социально-педагогического сопровождения обучающегося на каждом возрастном этапе.

При составлении программы учитывались положения и пункты нормативно-правовых документов:

— «Положение Конвенции ООН о правах ребенка», принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, ратифицированной третьей сессией Верховного Совета СССР 13.06.1990.

— «Концепция развития системы психологического обеспечения (психологической службы) образования РФ».

— «Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования РФ» от 22.10.99 № 636.

— «Концепция развития образования РФ» от 29.12.2001 № 1756-р.

## **Сферы ответственности, основные права и обязанности участников реализации программы**

Программа может осуществляться педагогами-психологами школ, специалистами Регионального социопсихологического центра по следующим направлениям деятельности: развитие, профилактика.

В соответствии с ч. 3 ст. 42 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, родители (законные представители) дают свое согласие на предоставление психолого-педагогической и социальной помощи обучающемуся школы, с целью обеспечения эффективного психолого-педагогического и социально-педагогического сопровождения обучающегося на каждом возрастном этапе.

Поскольку программа осуществляется на этапе обучения ребенка в средней школе с 6 по 7 класс и для нее не требуется особого выделения времени, то основные права и обязанности специалистов и учреждения, на базе которого реализовывалась программа, определялись договором с учебным учреждением, а также оформлением информированного согласия родителей (законных представителей) на оказание психологической и социальной помощи детям.

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

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

Ведущим программы «Любимый Я» должен быть педагог-психолог, специалист должен иметь достаточное представление о возрастных особенностях психического развития детей подросткового возраста, основных новообразованиях учащихся средней школы, возможные причины затруднений и нарушений у подростков. Должен владеть приемами и методами развивающей и коррекционной работы, уметь анализировать процесс и результат мероприятий, владеть различными способами психологической поддержки обучающихся.

#### **Требования к материально-технической оснащенности**

Для реализации программы «Любимый Я» необходимо отдельное помещение, отвечающее следующим требованиям: оно должно быть достаточно просторным, необходимы стулья и столы для работы; помещение должно быть

хорошо освещенным, т. к. учащиеся выполняют некоторые задания на листах; помещение должно быть проветриваемым, для занятий необходимы доска, компьютер или ноутбук, колонки.

Учащимся для занятий потребуются карандаши, ручки, маркеры и бумага.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Программа способствует психологическому раскрепощению школьников, формированию навыков и приемов, способствующих самовыражению каждого ученика. Занятия в программе построены в системе, с учетом психологических и возрастных особенностей учащихся. Программа создает условия для своевременной коррекции и развития нормальной, адекватной самооценки подростка, помогает подросткам справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, помогает совершенствовать и оптимизировать учебно-воспитательный процесс.

Организованная работа по программе «Любимый Я» позволяет осуществлять социальную и психологическую защиту обучающихся, способствует снижению количества подростков с заниженной или неадекватно завышенной самооценкой и проблемами в обучении, социализации.

Также можно предполагать наличие долгосрочных эффектов реализации данной программы:

- Подготовка подростков к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан, способных оказывать позитивное влияние на социально-экономическую и общественно-политическую ситуацию в городе.
- Уменьшение факторов риска употребления ПАВ среди подростков.
- Формирование навыков здорового образа жизни и самопрезентации подростков, развитие эффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков.

### **Описание и источники психодиагностического инструментария**

В качестве психодиагностического инструментария в процессе реализации программы «Любимый Я» используется «Методика изучения уровня притязаний и

самооценки школьника» Т. Дембо и С.Я. Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан). Методика может применяться как фронтально с группой учащихся, так и индивидуально. Процедура тестирования вместе с чтением инструкции занимает в 6–7 классах 15–20 мин. Во время выполнения задания педагог-психолог должен наблюдать и фиксировать особенности поведения школьников. Данное тестирование проводится в начале программы и после ее завершения для оценки эффективности проведенных мероприятий.

### **Система организации контроля за реализацией программы**

Ответственность за реализацию программы ложится на ведущего. Контроль за реализацией программы осуществляется на основе плана и программы проведения мероприятий, проведенные занятия фиксируются в «Журнале групповых форм работы».

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

#### **Качественные показатели:**

В качестве основы для измерения эффективности программы взят перечень, предложенный Д. Киркпатрик (1959).

Он включает в себя четыре группы критериев:

1. Реакции — измерение впечатлений участников занятий. Для подростков реально и эффективно измерить непосредственную реакцию на каждое проведенное занятие. Для этого используются маленькие анкеты, рефлексия состояния, смайлики. В качестве ожидаемых реакций на проведенные занятия можно предположить следующие: повышение уровня позитивного самочувствия, активности и настроения.

2. Научение — измерение объема усвоенного материала. В рамках данной программы подростки получают большое количество информации, ранее им неизвестной или преподнесенной с разных точек зрения. Таким образом, можно предположить формирование у подростков различных компетенций по разным вопросам жизни, здоровья и взаимодействия с окружающими, научение новым формам взаимодействия, способам действий.

3. Поведенческий — воплощение в деятельности того, что изучалось и отрабатывалось на занятиях программы. Судить о том, насколько занятия были эффективными, можно по поведению подростков или тем изменениям, которые произошли.

**Количественные показатели** — изменение уровня самооценки, отражающееся в улучшении количественных и качественных характеристик: повышение уровня самооценки, снижение количества неадекватных самооценок.

**Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения**

Данная программа реализовывалась на базе МБУ «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 61» Автозаводского района г.о. Тольятти с 1 сентября 2021 по 25 мая 2022 г. с учащимися 6–7 классов (68 человек).

В номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года программа развития самооценки и повышения уверенности в себе «Любимый Я» признана лауреатом.

В полном объеме опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5\\_8/materials/serdobolskaya/Serdobolskaya\\_E.A.\\_Program\\_Beloved\\_Me.pdf](http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/serdobolskaya/Serdobolskaya_E.A._Program_Beloved_Me.pdf)

## Психолого-педагогическая программа «Юный медиатор»

Автор-составитель:

**Никашина Наталья Андреевна,**

педагог-психолог ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» (в рамках договорных отношений с МБОУ Школа № 103 г.о. Самара Самарской области)

Развивающая психолого-педагогическая программа социально-гуманитарной направленности «Юный медиатор» рассчитана на 8 часов. Программа имеет общеразвивающий характер, направлена на развитие социальных и коммуникативных навыков. Предусмотрено получение знаний в области конфликтологии, ведения переговоров и выступления в роли примирительного лица. Данная программа разработана с учетом возрастных особенностей детей, а именно подростков. Учитывается их чувство взрослости и социальной желательности. Полученные навыки помогут ребятам в повседневной жизни и при выборе профессии.

**Правовой основой** программы формирования коммуникативных навыков являются:

- Конституция Российской Федерации.
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Положение о Службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации (утверждено приказом Минобрнауки России от 22 октября 1999 г. № 636).

**Актуальность программы** заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» № 996-р от 29 мая 2015 г., направленных на «формирование гармоничной личности, ответственного человека...», а достижение этой цели невозможно без умения налаживать социальные связи и преодолевать сложные, спорные, зачастую конфликтные ситуации. Программа позволяет детям сложного подросткового возраста осознать свою значимость, повысить

самооценку, в процессе помощи в решении проблем других учеников найти ответы на свои вопросы.

Программа «Юный медиатор» рассчитана на обучающихся, прошедших курс по восстановительным практикам примирения, а также на всех учеников 8-го класса, желающих оказать содействие в развитии службы примирения и получить знания в области конфликтологии.

Обучающие семинары для медиаторов длительностью 16 часов дают ознакомительную базу и первичную практику. Данная программа позволяет закрепить знания медиатора и в безопасной среде отработать навыки примирения.

**Цель программы:** формирование у обучающихся навыков по решению конфликтных ситуаций.

**Задачи программы:**

Обучающие:

- обогатить знания детей об эмоциональном мире человека;
- ознакомить с разными способами разрешения споров.

Развивающие:

- развить интерес к психологическому миру человека;
- актуализировать знания по вопросам саморегуляции и самосознания;
- развить самостоятельность, наблюдательность, критичность мышления, эмоциональный интеллект.

Воспитательные:

- воспитать чувство коллективизма, не теряя личностных особенностей и самооценности;
- воспитать понимание и уважение к чувствам другого человека;
- воспитать понимание ценности жизни и возможности исправлять ошибки.

**Новизна** программы заключается в том, что она отвечает требованиям современной системы образования, каждый ребенок изучает материал в удобном ему режиме, вновь пришедшие дети не останутся без внимания и смогут получить свой объем знаний.

**Педагогическая целесообразность** заключается в применяемом на занятиях деятельностном подходе, который позволяет максимально продуктивно усваивать материал путем смены способов организации работы. Тем самым педагог стимулирует познавательные интересы учащихся и развивает их практические навыки. У детей воспитываются ответственность за порученное дело, аккуратность, взаимовыручка. В программу включены коллективные практические занятия, развивающие коммуникативные навыки и способность работать в команде.

В процессе реализации программы «Юный медиатор» проводятся мультимедиа-занятия по всем темам образовательной программы. Аудиовизуальная информация, представленная в различных формах (видеофильм, анимация, слайды, музыка), стимулирует непроизвольное внимание детей благодаря возможности демонстрации явлений и объектов в динамике. Информационно-коммуникационные технологии позволяют увеличить поток информации по содержанию предмета и методическим вопросам. В ходе занятий используются мультимедийные презентации, различные игры, викторины на психологические и социальные темы.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 2 месяца, объем — 8 часов.

**Формы обучения:** занятие; лекция; работа в мини-подгруппах; практическая работа; занятие с элементами тренинга.

**Форма организации деятельности:** групповая.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 часу. Занятие длится 60 минут.

Наполняемость учебных групп составляет 20–25 человек. Состав группы постоянный. Набор в объединение происходит среди учащихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа № 103» г.о. Самара.

**Целевая аудитория. Социально-психологические особенности подростков 14–15 лет.** Высокая способность детей в этот возрастной период быстро овладевать теми или иными видами деятельности (сензитивность) определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития. Им нравится исследовать все, что незнакомо, они понимают законы последовательности и

последствия, тем не менее для подростков характерна импульсивность, поэтому необходимо давать им сведения о возможных вариантах развития событий. В данной программе дети легко удовлетворят свою потребность быть взрослыми, поскольку они будут участвовать в разрешении конфликтов младших школьников и сверстников. В этом возрасте развиваются воля и самосознание, поэтому решение нравственных вопросов приобретает особую ценность.

### **Этапы проведения**

Знакомство, формирование устойчивой мотивации дальнейшего посещения занятий.

Сплочение группы, повышение взаимного доверия, формирование «чувства команды».

Информирование об эффективных способах погашения конфликтов в образовательной среде.

Формирование навыков конструктивного взаимодействия в межличностных отношениях внутри группы, а также моделирование различных жизненных ситуаций и выработка эффективного поведения в них.

Заключительный. Обобщение и закрепление информационного и практического материала. Подведение итогов. Работа по ориентации жизненных целей в структуре развития и совершенствования коммуникативных навыков.

### **Обеспечение гарантий прав участников программы**

При составлении программы учитывались положения и пункты нормативно-правовых документов:

1. Положение Конвенции ООН о правах ребенка, принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, ратифицированной третьей сессией Верховного Совета СССР 13.06.1990.

2. Концепция развития системы психологического обеспечения (психологической службы) образования РФ.

3. Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования РФ от 22.10.99 № 636.

4. Концепция развития образования РФ от 29.12.2001 № 1756-р.

**Гарантия прав участников программы обеспечивается посредством соблюдения основных принципов реализации программы:**

1. Принцип равенства подразумевает, что все участники имеют равные права.
2. Принцип эмпатии означает, что каждый участник имеет право на психологическую поддержку со стороны педагога-психолога.
3. Принцип фасилитации — каждый родитель имеет право на оказание ему своевременной квалифицированной помощи педагога-психолога.
4. Принцип конфиденциальности — предполагает, что каждый участник имеет право на неразглашение своей личной информации за пределами клуба.
5. Принцип добровольного участия означает, что каждый родитель имеет право отказаться от участия в том или ином упражнении, занятии, не объясняя причины отказа.
6. Принцип отсутствия экспертной оценки — ни одно высказывание участника в рамках клуба не может быть подвергнуто критике, осуждению или другому виду оценки со стороны педагога-психолога и других участников.
7. Принцип деятельностного подхода предполагает формирование у родителей психологических знаний в процессе их самостоятельной и совместной деятельности.
8. Принцип комплексности методов и приемов психологической поддержки подразумевает, что родители получают психологическую поддержку посредством комплекса взаимосвязанных методов и приемов в рамках объединения вокруг одной темы.
9. Принцип обратной связи — каждый родитель имеет право высказать свою точку зрения по поводу актуальности темы, целесообразности предложенных педагогом-психологом методов и приемов, а также качества оказания психологической помощи.

**Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

**Требования к специалистам:**

Педагогическое или психологическое образование.

Умение выражать эмпатию, оказывать поддержку всем участникам образовательного процесса.

Стрессоустойчивость и умение находить выход в сложной коммуникационной ситуации.

Способность к реализации творческого подхода в работе с детьми.

### **Методическое обеспечение**

Основные принципы, положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;
- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;
- принцип системности и последовательности: знания в программе даются в определенной системе; накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

### **Методы работы:**

- словесные методы: рассказ, беседа, сообщения. Эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей, являются источником новой информации;
- наглядные методы: презентации, демонстрации рисунков, плакатов, коллекций, иллюстраций. Наглядные методы дают возможность более детально обследовать объекты, дополняют словесные методы, способствуют развитию мышления детей. «Чем более органов наших чувств принимает участие в восприятии какого-нибудь впечатления или группы впечатлений, тем прочнее ложатся эти впечатления в нашу механическую, нервную память, вернее сохраняются ею и легче потом вспоминаются» (К.Д. Ушинский);
- диагностические методы: анкетирование, тест на уровень саморегуляции;
- практические методы: изготовление рисунков, аппликаций.

Данные методы позволяют воплотить теоретические знания на практике, способствуют развитию навыков и умений детей. Большое значение приобретает

выполнение правил культуры труда, экономного расходования материалов, бережного отношения к инструментам, приспособлениям и материалам.

Сочетание словесного и наглядного методов учебно-воспитательной деятельности, воплощенных в форме рассказа, беседы, творческого задания, позволяют психологически адаптировать ребенка к восприятию материала, направить его потенциал на познание науки о примирении, расширение кругозора.

### **Материально-техническое оснащение программы**

Для проведения теоретических занятий необходимы: учебный кабинет; компьютер; проектор.

Для практических занятий необходимы: цветная бумага, картон; канцелярские принадлежности; карандаши, краски.

### **Планируемые результаты**

#### *Личностные:*

— приобретение навыка рефлексии — умения осознавать чувства собственные и другого человека;

— развитие чувства эмпатии — сопереживания товарищу;

— положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;

— наличие мотивации к творческому труду и бережному отношению к материальным и духовным ценностям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

— развитие навыков саморегуляции;

— осознанность в отношении к себе как индивидуальности и одновременно — как члену общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам.

#### *Метапредметные*

#### *Познавательные:*

— способность анализировать информацию;

— преобразовывать познавательную задачу в практическую;

— выделять главное, осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения;

— прогнозировать результат.

Регулятивные:

— планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания;

— понимать причины успеха/неуспеха в учебной деятельности;

— конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

— самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом материале;

— вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок;

— адекватно воспринимать предложения и оценку педагогов, товарищей и родителей;

— готовность оценивать свой труд, принимать оценки одноклассников, педагогов, родителей.

Коммуникативные:

— учитывать разные мнения и интересы и обосновывать свою позицию;

— приходить к общему решению в совместной работе (сотрудничать с одноклассниками);

— сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

— не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

### **Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы**

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных творческих заданий, тестирование, участие в конкурсах,

викторинах, подготовка материалов для родительских собраний, проведение групповой работы с участием младших школьников.

Уровень освоения программы ниже среднего: ребенок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы: объем усвоенных знаний, приобретенных умений и навыков составляет 50-70%; ребенок работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса, умеет пользоваться литературой.

Уровень освоения программы выше среднего: учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет анализировать литературные источники, применять полученную информацию на практике.

**Формы контроля качества образовательного процесса:** собеседование; наблюдение; интерактивное занятие; анкетирование; выполнение творческих заданий; тестирование; участие в конкурсах, викторинах в течение года; активное участие учеников в профилактической работе.

### **Сведения о практической апробации программы**

Программа «Юный медиатор» проходила апробацию на базе МБОУ Школа № 103 г.о. Самара в период с 19 октября по 30 ноября 2022 учебного года с обучающимися 8-го класса. В реализации программы приняли участие 24 человека. Основанием для проведения занятий стало обучение медиаторов на семинаре «Организация службы примирения в образовательной организации». С целью повышения качества применения полученных знаний и совершенствования практических навыков медиатора было принято решение о необходимости реализации специальной программы, направленной на развитие социальных и

коммуникативных навыков. Данная программа разработана с учетом возрастных особенностей детей, а именно подростков.

Программа рассчитана на 8 часов, занятия организованы с периодичностью раз в неделю, длительностью 1 час. Проводились встречи в рамках внеурочной деятельности. Обучающиеся, принявшие участие в реализации программы, дали положительные отзывы, проявили интерес к организации школьной службы примирения. Обученные медиаторы получили возможность практической отработки знаний и опыт публичных выступлений.

В номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года психолого-педагогической программе «Юный медиатор» присуждено звание лауреата.

В полном объеме психолого-педагогическая программа «Юный медиатор» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5\\_8/materials/nikishina/Nikishina\\_N.A.\\_Yunyy\\_mediator.pdf](http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/nikishina/Nikishina_N.A._Yunyy_mediator.pdf)

## **Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Школа подготовки» для детей 6–7 лет с ТНР**

Автор-составитель:

**Евсеева Елена Николаевна,**

педагог-психолог первой квалификационной категории структурного подразделения «Детский сад № 6» ГБОУ СОШ № 3 г. Сызрани г.о. Сызрань Самарской области

На сегодняшний день одной из актуальных проблем является осуществление психологического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в условиях дошкольного образовательного учреждения. Дети с ОВЗ «могут реализовать свой потенциал социального развития при условии вовремя начатого и адекватно организованного обучения и воспитания — образования, обеспечивающего удовлетворение как общих с нормально развивающимися детьми, так и особых образовательных потребностей, заданных спецификой нарушения психического развития». Целью психолого-педагогического сопровождения развития детей с ОВЗ является создание психологических условий для нормального развития и успешного обучения ребенка.

Не секрет, что в последние годы наблюдается рост числа детей с речевыми нарушениями. Наше структурное подразделение посещают дети с заключением территориальной ПМПК (психолого-медико-педагогической комиссии), имеющие общее недоразвитие речи разного уровня. Дети с речевыми нарушениями представляют собой сложную группу, отличаются наличием ряда психологических и поведенческих особенностей, вызванных имеющимися у них логопедическими нарушениями. С учетом особых образовательных потребностей данных детей, они зачисляются в группы компенсирующей / комбинированной направленности и осваивают адаптированную основную образовательную программу для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (ТНР).

Поступление в школу детей с тяжелыми нарушениями речи — это не только переходный период, но и серьезный шаг, который требует специальной психологической подготовки при переходе с одного уровня образования на другой.

Отсутствие подготовки у детей с ТНР тормозит процесс благополучной адаптации в новых образовательных условиях и интеграции в образовательные учреждения. Готовность к школе (школьная зрелость) рассматривается учеными как комплексная характеристика, раскрывающая уровни развития психологических качеств, являющихся наиболее важными для включения ребенка в новые образовательные условия. Основные компоненты психологической готовности к школе: личностная, волевая, интеллектуальная и мотивационная готовность. Недостатки в формировании каждого компонента негативно сказываются на успешности обучения в школе.

Необходимость разработки предлагаемой коррекционно-развивающей программы появилась в результате изучения итогов мониторинга готовности к школьному обучению детей с ТНР. Анализ результатов диагностики по каждому из компонентов психологической готовности на начало 2020–2021 учебного года выявил низкие показатели личностной готовности, учебной мотивации, волевой саморегуляции. Низкий уровень психологической готовности к школе свидетельствовал о необходимости создания благоприятных условий для организации психологической помощи в целях предупреждения школьной дезадаптации, благополучной интеграции детей с ТНР в образовательные учреждения.

### **Научно-методические основания программы**

*Научно-методологической основой программы* являются труды отечественных исследователей в области психологии и педагогики:

Представления о готовности ребенка к школе (Л.С. Выготский);

Социальный аспект готовности к обучению ребенка в школе (Р.С. Буре, Т.А. Маркова, В.Г. Нечаева);

Проблема общения в дошкольном возрасте (А.В. Запорожец, Я.Л. Коломенский, Е.Е. Кравцова, М.И. Лисина, Е.О. Смирнова);

Произвольность психических процессов и поведения ребенка (Н.Г. Салмина, Д.Б. Эльконин);

Качества, относящиеся к мотивационной, волевой, умственной и нравственной сферам развития ребенка (Л.А. Венгер, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина);

Положения о внутренней позиции школьника (Л.И. Божович, Л.С. Славина).

В своих трудах Л.С. Выготский подчеркивал, что уже в детском саду следует подвести ребенка «к науке», увидев в этом сущность подготовки к школе, предупреждая, что содержание работы детского сада школу копировать не может. Готовность к обучению заключается в развитии определенного уровня познавательных процессов: в способности обобщать, дифференцировать в соответствующих категориях предметы и явления окружающего мира, устанавливать причинно-следственные связи, делать самостоятельные выводы.

Рассматривая проблему готовности к школе, Д.Б. Эльконин на первое место ставил сформированность предпосылок к учебной деятельности. Важнейшими предпосылками он считал умение ребенка ориентироваться на систему правил в работе, на заданную систему требований, умение слушать и выполнять инструкции взрослого, умение работать по образцу.

В процессе подготовки к школе А.Н. Леонтьев акцентировал внимание на уровне развития психики в целом и мотивах его деятельности. Как один из существенных мотивов он рассматривал развитие возможности управлять своим поведением.

Г.Г. Кравцов и Е.Е. Кравцова в своих исследованиях по обсуждаемой нами проблеме важным компонентом готовности к школьному обучению считают коммуникативный аспект: развитие у ребенка произвольности в общении со взрослыми (развитие способности ориентироваться на определенные задачи, нормы, правила), со сверстниками (развитие умения устанавливать содержательные контакты друг с другом и умения взаимодействовать в ситуации совместной деятельности), формирование адекватного отношения к самому себе. Взаимоотношения, обозначенные авторами, имеют тесную связь с реальным процессом обучения в школе и формированием у детей учебной деятельности в дальнейшем. В контексте психологической готовности Н.Г. Салминой также выделяются личностные характеристики, в которых важное значение придается

особенностям общения. Исследователь видит произвольность психических процессов как одну из главных предпосылок учебной деятельности.

С точки зрения Л.И. Божович, готовность к обучению — это достижение определенного уровня развития мыслительной деятельности, познавательных интересов, готовности к произвольной регуляции познавательной деятельности: «...ребенок должен уметь выделять существенное в явлениях окружающей действительности, уметь сравнивать их, видеть сходное и отличное; он должен научиться рассуждать, находить причины явлений, делать выводы».

А.В. Запорожец, в свою очередь, понимал под готовностью сформированность механизмов волевой регуляции действий, развитие познавательной, аналитико-синтетической деятельности.

Л.А. Венгер утверждал, что готовность к школе должна предполагать сформированность определенных предпосылок к дальнейшему обучению (развитие интеллектуальных способностей, зрительно-моторной координации, мотивации, воли).

Во всех исследованиях, несмотря на различие подходов, признается факт, что эффективным школьное обучение будет только в том случае, если первоклассник обладает необходимыми и достаточными для начального этапа обучения качествами, которые затем в учебном процессе развиваются и совершенствуются.

В ходе построения коррекционно-развивающей программы мы руководствовались следующими **принципами**:

1. *Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.* Единство перечисленных видов задач обеспечит успех и эффективность коррекционно-развивающей программы.

2. *Принцип единства диагностики и коррекции.* В ходе коррекционно-развивающей работы должен осуществляться контроль за динамикой и эффективностью ее выполнения. Эффективная коррекционно-развивающая работа базируется на тщательном диагностическом исследовании, поэтому

диагностический этап предшествует коррекционно-развивающей работе и дает объективную картину актуального развития детей.

3. *Деятельностный принцип коррекции.* Определяет тактику проведения коррекционной работы через организацию активной деятельности ребенка, в ходе которой создается необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии.

4. *Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.* Ведущая деятельность детей дошкольного возраста — игра. Упражнения, игры, задания должны преподаваться детям в игровой форме и соответствовать возрастным особенностям детей. Учет индивидуальных психологических особенностей детей позволит наметить в пределах возрастной нормы программу оптимизации развития для каждого конкретного ребенка с его индивидуальностью.

5. *Принцип комплексности методов психологического воздействия.* Выбор конкретных методов, техник и приемов определяется в зависимости от целей и задач программы, возрастных и индивидуальных особенностей детей, организационных условий реализации психолого-педагогической коррекции.

6. *Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.* Для успешной психолого-педагогической работы необходимо привлечение ближайшего социального окружения ребенка — родителей, педагогов. Комплексная работа педагогов и родителей позволяет детям эффективно овладеть необходимыми ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться. Кроме того, привлечение родителей и педагогов к совместной деятельности повысит их компетентность в овладении практическими навыками, позволяющими методически правильно развивать детей.

7. *Принцип учета эмоциональной сложности материала.* Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно должно завершаться на позитивном эмоциональном фоне.

## **Нормативно-правовые основания разработки программы**

1. Конституция Российской Федерации (12 декабря 1993 г.) с учетом поправок, внесенных законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30 декабря 2008 г. № 6-ФКЗ и от 30 декабря 2008 г. № 7-ФКЗ.

2. Федеральный закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 24 июля 1998 г.

3. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.

4. Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» от 19 декабря 2014 г. № 1598.

5. Приказ Минтруда России «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 № 544н (с изм. от 25.12.2014).

6. Проект Концепции развития психологической службы в системе образования в РФ на период до 2025г.

### **Научно-практическая новизна**

Настоящая программа представляет собой возможный вариант коррекционно-развивающей работы педагога-психолога по формированию психологической готовности к школе детей с ТНР, а также может использоваться с детьми, не имеющими речевых нарушений, но с низким уровнем психологической готовности. Целевые ориентиры дошкольного образования выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования и предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования. Преемственность рассматривается как двусторонний процесс, в котором на дошкольной ступени образования сохраняется самоценность дошкольного детства

и формируются фундаментальные личностные качества ребенка, служащие основой успешного школьного обучения. А школа опирается на достижения ребенка-дошкольника и организует свою педагогическую практику, развивая накопленный им потенциал.

Новизной предлагаемой программы является то, что она помогает воспитанникам с ТНР в процессе интегрированной деятельности повысить уровень психологической готовности. Для детей с ТНР достаточно утомительны рутинные монотонные упражнения и задания; разработанная программа позволит формировать предпосылки к учебной деятельности в игровой форме с учетом индивидуальных способностей и актуальных требований. Разнообразные методы и приемы, являющиеся основой программы, помогают детям сформировать психологическую готовность к обучению в школе.

### **Актуальность и перспективность**

Проблема подготовки детей к школе актуальна в современном образовании, в настоящее время она становится все более острой в связи с увеличением количества детей с ТНР. По статистическим данным, дети с речевыми нарушениями в условиях массовой школы испытывают различные трудности в обучении, социализации, психологической адаптации. На современном этапе развития коррекционной педагогики, психологии, логопедии накоплен достаточно обширный материал по коррекции речевых нарушений детей с ТНР: определены принципы, этапы и содержание коррекционной работы, однако практическое решение проблемы психологической готовности остается открытым.

Анализ результатов психологического мониторинга готовности к школьному обучению детей с ТНР (20 человек) на базе нашего детского сада в начале 2020–2021 учебного года показал, что половина детей (11 человек) имеют низкий уровень волевой саморегуляции, учебной мотивации, не сформированную «внутреннюю позицию школьника». Проблемные зоны в формировании мотивационных, регулятивных действий, готовности к принятию позиции ученика позволили прогнозировать неблагоприятный результат успешности дальнейшего школьного обучения и низкую успеваемость. Кроме того, увеличилось количество

обращений родителей с различными вопросами по подготовке к школе: как выбрать начальную школу, как адаптировать и подготовить ребенка с ТНР к учебе. В связи с этим актуальной стала разработка и реализация коррекционно-развивающей программы, направленной на создание условий для обеспечения положительной динамики в формировании психологической готовности детей с ТНР к школе. Своевременная коррекционная работа необходима в целях предупреждения школьной дезадаптации детей с ТНР в первом классе и для организации необходимой психологической помощи.

### **Практическая направленность**

Данная программа содержит коррекционно-развивающие занятия, которые построены с учетом общих требований федерального государственного образовательного стандарта. После проведения цикла занятий ожидается повышение уровня психологической готовности детей с ТНР к школе.

### **Наличие межпредметных и внутрипредметных связей**

В процессе реализации программы все занятия проводятся комплексно. Они осуществляются в тесном сотрудничестве с педагогами подготовительных к школе групп (комбинированной или компенсирующей направленности) и родителями (законными представителями) воспитанников, сочетают в себе разные формы и методы работы.

**Цель программы:** создание условий для обеспечения положительной динамики в формировании психологической готовности детей (6–7 лет) с ТНР к обучению в школе.

### **Задачи:**

- Развивать мотивационную сферу, способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.
- Развивать личностную сферу, способствовать формированию у детей адекватной самооценки.
- Развивать волевую сферу: произвольность поведения, саморегуляцию.
- Развивать интеллектуальную сферу: познавательные процессы, познавательную активность.

— Способствовать повышению родительской и педагогической компетентности в вопросах и методах развития психологической готовности детей к школе.

#### **Адресат программы:**

Реализация данной программы предусматривает активность всех участников коррекционно-образовательного процесса:

— Дети старшего дошкольного возраста (6–7 лет):

— дети с тяжелыми нарушениями речи (ТНР);

— дети с низким уровнем психологической готовности к школе (с нарушениями в формировании личностных, интеллектуальных, мотивационных, волевых компонентов психологической готовности).

— Родители (законные представители).

— Педагоги подготовительных к школе групп.

Тесное взаимодействие участников обеспечит оптимальную эффективность и результативность реализуемой программы.

#### ***Психолого-педагогические особенности детей с тяжелыми нарушениями речи***

К группе детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) относятся дошкольники с общим недоразвитием речи (ОНР) всех уровней речевого развития при дизартрии, ринолалии, алалии и т.д., а также дети с фонетико-фонематическим недоразвитием речи (ФФНР) при ринолалии, выраженной дизартрии; дети со значительной задержкой речевого развития (ЗРР) младшего дошкольного возраста при нормальном слухе и первично сохранном интеллекте.

Общее недоразвитие речи (ОНР) рассматривается как системное нарушение речевой деятельности, это сложные речевые расстройства, при которых у детей нарушено формирование всех компонентов речевой системы, касающихся и звуковой, и смысловой сторон, при нормальном слухе и сохранном интеллекте (Левина Р.Е., Филичева Т.Б., Чиркина Г.В.).

Речевая недостаточность при ОНР у дошкольников может варьироваться от полного отсутствия речи до развернутой речи с выраженными проявлениями

лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития (Левина Р.Е.).

В настоящее время выделяют четыре уровня речевого развития, отражающие состояние всех компонентов языковой системы у детей с ОНР (Филичева Т.Б.).

При первом уровне речевого развития речевые средства ребенка ограничены, активный словарь практически не сформирован и состоит из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой.

При переходе ко второму уровню речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространенные предложения.

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи.

Четвертый уровень речевого развития (Филичева Т.Б.) характеризуется нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков, характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения и т.д.

Дети с ТНР имеют (по сравнению с возрастной нормой) особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности.

Рассматривая *психологические особенности дошкольников с ТНР*, прежде всего следует отметить:

1. *Особенности развития познавательной сферы.* У многих детей с нарушениями речи психические функции имеют своеобразное развитие, что

приводит к разной степени выраженности отставания в психическом развитии и трудностям обучения.

*Ощущения и восприятие:* нарушения фонематического восприятия; бедность и недифференцированность зрительных образов; непрочная связь слова со зрительным представлением предмета; недостаточная сформированность целостного зрительного образа предмета; сравнение с образцом преимущественно путем примеривания, а не зрительного соотнесения; нарушения оптико-пространственного гнозиса; низкий уровень развития буквенного гнозиса (не узнают наложенные друг на друга буквы, плохо различают нормальное и зеркальное написание букв, с трудом называют и сравнивают графически сходные буквы); пространственные нарушения (трудности ориентировки в пространстве, при письме, при рисовании, при конструировании).

*Внимание:* неустойчивый характер внимания; более низкий уровень произвольного внимания; трудности сосредоточения в условиях словесной инструкции; трудности переключения; трудности в распределении внимания между практическим действием и речью (детям свойственны речевые реакции уточняющего и констатирующего характера); частые отвлечения от задания; низкий самоконтроль (дети не замечают свои ошибки и самостоятельно не исправляют их).

*Память:* снижение слуховой памяти и продуктивности запоминания; отсроченное воспроизведение низкое; объем зрительной памяти в большинстве случаев не отличается от нормы; относительно сохранно смысловое, логическое запоминание.

*Мышление:* отставание в развитии наглядно-образного мышления (в большинстве случаев связано с тяжестью речевого дефекта); трудности анализа, синтеза, сравнения, обобщения, классификации, умозаключения по аналогии; недостаточная сформированность внутренней речи, проявляющаяся при переходе речевых образований в мыслительные и наоборот; недостаточный объем сведений об окружающем, о свойствах и функциях предметов; трудности в установлении причинно-следственных связей.

*Воображение:* низкий уровень продуктивного воображения; быстрая истощаемость процессов воображения; для продуктов деятельности характерны штампы, однообразие; словесное творчество снижено (ответы односложны, рассказы бедны).

*Моторика:* нарушения равновесия; нарушения координации движений; недифференцированность движений пальцев рук, артикуляционных движений.

## *2. Особенности деятельности.*

*Игровая деятельность:* большая вариабельность в зависимости от формы речевой патологии; трудности взаимодействия со сверстниками; трудности в играх с правилами; часто игры носят подражательный характер; речевое общение затруднено; игровой сюжет, как правило, простой, однообразный, не имеет целенаправленного характера.

*Изобразительная деятельность:* нарушения мелкой моторики, влияющие на способность к рисованию, лепке, конструированию и т.д.; бедность сюжетов, узость тематики.

*Образовательная деятельность:* низкая общая организованность; неустойчивость внимания; уход от трудностей; низкий самоконтроль; трудности в анализе образца; механические приемы выполнения заданий.

## *3. Особенности развития эмоционально-волевой сферы и личности.*

Многим детям с речевыми нарушениями свойственны зависимость от окружающих, пассивность, низкая работоспособность, сниженный уровень притязаний, неадекватная самооценка, расстройства настроения. Ограниченность речевого общения ребенка во многом способствует развитию отрицательных качеств характера: застенчивости, нерешительности, негативизму, замкнутости, заниженной самооценке, агрессивности. Как следствие, затрудняются не только процесс межличностного взаимодействия детей, но и создаются серьезные проблемы, которые сказываются при развитии и обучении.

Все вышеперечисленные факторы являются препятствием для гармоничного, естественного психологического развития детей с ТНР, и при отсутствии своевременного психолого-педагогического сопровождения и помощи

таким детям данные проблемы значительно усложняются. Тяжелая структура речевого нарушения требует системного комплексного подхода — коррекции речевого нарушения и сопутствующего ему психического развития ребенка.

### **Продолжительность курса**

Программа реализуется в течение учебного года, общее количество психологических коррекционно-развивающих занятий с детьми — 28. Частота проведения — 1 раз в неделю, продолжительность занятия 30 минут. Рекомендуемая наполняемость подгрупп 6–8 человек. Кроме этих занятий под сопровождением педагога-психолога, с детьми регулярно проводят дополнительную психолого-педагогическую работу педагоги подготовительных к школе групп и родители (законные представители).

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

#### *Итоговые результаты:*

— снижение доли детей с низким уровнем психологической готовности к обучению в школе;

— увеличение доли воспитанников с развитым уровнем учебно-познавательной мотивации и адекватной самооценки;

— увеличение доли воспитанников с развитым уровнем волевой саморегуляции и произвольности поведения;

— увеличение доли воспитанников с развитым уровнем интеллектуальной готовности;

— повышение компетентности родителей и педагогов в вопросах и методах развития психологической готовности детей к школе.

#### *Промежуточные результаты (наблюдение):*

— сформирована адекватная самооценка, преобладание учебного и социального мотива обучения;

— повышен уровень саморегуляции и произвольности поведения: умения детей сознательно подчинять свои действия правилу, ориентироваться на заданную систему требований;

— развиты познавательные психические процессы и повышена познавательная активность;

— повышена компетентность родителей и педагогов в вопросах и методах развития психологической готовности детей к школе.

**Сведения о практической апробации программы на базе структурного подразделения «Детский сад № 6» ГБОУ СОШ № 3 г. Сызрани (2020–2022 учебные годы)**

Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Школа подготовки» для обеспечения положительной динамики в формировании психологической готовности детей (6–7 лет) с ТНР к обучению в школе используется в детском саду № 6 с сентября 2020 года. Программа была апробирована в подготовительных к школе группах компенсирующей / комбинированной направленности. Общая выборка составила 24 человека.

В номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Школа подготовки» присуждено 3-е место.

В полном объеме коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Школа подготовки» для детей 6–7 лет с ТНР опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/evseeva/Shkola\\_podgotovki.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/evseeva/Shkola_podgotovki.pdf)

**Коррекционно-развивающая программа  
«Гном и его разноцветный дом»  
по развитию и коррекции когнитивной и эмоциональной  
сфер детей 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи**

Авторы-составители:

**Отводенкова Эльвира Витальевна,**

педагог-психолог структурного подразделения «Детский сад «Красная Шапочка» ГБОУ многопрофильный лицей № 16 г. Жигулевска г.о. Жигулевск Самарской области;

**Назарова Ольга Борисовна,**

старший воспитатель структурного подразделения «Детский сад «Красная Шапочка» ГБОУ многопрофильный лицей № 16 г. Жигулевска г.о. Жигулевск Самарской области;

**Дрожжина Юлия Сергеевна,**

учитель-логопед структурного подразделения «Детский сад «Красная Шапочка» ГБОУ многопрофильный лицей № 16 г. Жигулевска г.о. Жигулевск Самарской области

**Практическая актуальность и обоснованность программы**

Федеральный государственный образовательный стандарт, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013. № 1155, нацеливает на формирование у дошкольников мотивации к обучению, познанию и творчеству. Возможности ребенка в познании определяются уровнем развития его психических процессов, мыслительных операций. Поэтому очень важно своевременно и систематически развивать у детей память, внимание, воображение и мышление, особенно если это касается детей с ограниченными возможностями здоровья, и в частности имеющих тяжелые нарушения речи (далее ТНР).

Тяжелые нарушения речи по-разному, но обязательно находят свое отражение в психической деятельности человека, что проявляется в нарушении когнитивной, эмоционально-волевой сфер личности, межличностных отношений. В детском саду «Красная Шапочка» г. Жигулевска 34% детей имеют речевые нарушения различной степени тяжести. В связи с этим возникла необходимость создания системности в работе по развитию психических функций, мыслительных операций, эмоциональной сферы. Так было создано авторское

многофункциональное пособие «Разноцветный круг» и разработана психолого-педагогическая коррекционно-развивающая программа «Гном и его разноцветный дом» для детей с тяжелыми нарушениями речи, в которой используются игры и упражнения на развитие мыслительных операций, психических процессов, межполушарных связей и устной речи. Такая система игр и упражнений с использованием многофункционального пособия «Разноцветный круг» позволяет поддерживать положительную мотивацию к обучению, познанию и творчеству и развивать познавательный интерес.

Пособие «Разноцветный круг» представляет собой круг диаметром 100 см, выполненный из ткани. Круг разделен с одной стороны на 8 секторов красного, желтого, розового, голубого, синего, зеленого, оранжевого, фиолетового цветов. С другой стороны — на 4 сектора красного, белого, желтого, зеленого цветов.

В комплект к пособию входят:

- мягкая игрушка «Гном»;
- наборы карточек с изображениями геометрических фигур в цвет секторов круга;
- набор «Цветные человечки», «Цветные гномы»;
- 2 набора смайлов-эмоций;
- деревянные наборы «Жесты»;
- комплекты деревянных фигурок, изображающих предметы окружающего мира;
- наборы «Времена года», «Части суток»;
- картинки с изображением людей в разных эмоциональных состояниях;
- серии сюжетных картинок;
- комплект вязаных предметов одежды и головных уборов в цвет секторов.

**Целевая аудитория:** дети 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи и нарушениями когнитивных функций.

Дети с ТНР имеют ряд **социально-психологических особенностей**. В большинстве своем это дети с поражением центральной нервной системы (или проявлениями перинатальной энцефалопатии), что создает условия для сочетания

у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности. С учетом положения о тесной связи развития мышления и речи (Л.С. Выготский), можно сказать, что интеллектуальное развитие ребенка находится в тесной взаимосвязи с состоянием его речи.

У воспитанников детского сада «Красная Шапочка» с ТНР наблюдаются такие особенности мышления, как недостаточность овладения анализом и синтезом, сравнением и обобщением, стойкие трудности вызывают вербальные задания логической направленности, имеется недостаточный объем сведений об окружающем мире, о свойствах предметов и материалов. Недостаточно развивается наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, отстает формирование словесно-логического мышления.

Особенностью развития памяти детей с ТНР является снижение продуктивности запоминания. Для них характерно долгое запоминание и быстрое забывание, объем слуховой памяти таких детей значительно снижен, могут быть нарушены возможности смыслового и логического запоминания.

Внимание детей с ТНР характеризуется неустойчивостью, трудностью переключения и распределения, затруднениями в планировании и контроле своих действий, проблемами сосредоточения на вербальном материале.

Учитывая данные особенности детей, педагоги детского сада «Красная Шапочка» выстраивают коррекционно-развивающую работу так, чтобы она была направлена на развитие всех компонентов речевой, когнитивной и коммуникативной деятельности и способствовала общему развитию детей с ТНР, коррекции их психофизического развития, подготовке к обучению в школе.

**Научно-методической основой** программы являются основные положения возрастной периодизации Д.Б. Эльконина. Теория отечественного ученого строилась на том, что определенному этапу развития (под этим подразумевается возраст, психический и физический уровень развития) соответствует определенный вид ведущей деятельности, где под ведущей деятельностью понимается тот вид деятельности, в рамках которого происходит приобретение психических новообразований. В дошкольном возрасте ведущим видом деятельности является

игра, в которой дети учатся взаимодействию друг с другом, учатся подчиняться и придерживаться правил. Помимо этого в теоретическое обоснование программы легло требование ФГОС ДО о том, что развитие, образование и воспитание детей дошкольного возраста должно происходить в формах, специфических для детей данной возрастной категории, прежде всего, в форме игры.

Поэтому **основным методом** реализации психолого-педагогической программы была определена **игра и игровое упражнение**. Наиболее оптимальным и эффективным методом работы по развитию и коррекции когнитивной и эмоциональной сфер личности дошкольника с ТНР нами были выбраны:

### **Игры и игровые упражнения по развитию координации речи с движениями**

Систематическая работа по тренировке координации движений с речью является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, у детей улучшаются внимание, память, слух.

#### **Речевые и коммуникативные игры**

Речевая игра помогает воспитывать интерес дошкольников к окружающему, стимулирует их познавательную активность, способствует развитию мыслительной и речевой деятельности, снимает напряжение, повышает способность к произвольному вниманию, обостряет у детей наблюдательность, произвольность, способствует развитию саморегуляции и самоконтроля, что является необходимыми качествами для подготовки к школе. Коммуникативные игры способствуют сплочению группы детей и развитию умения входить в контакт.

#### **Кинезиологические упражнения**

Данные упражнения очень полезны гиперактивным и легковозбудимым детям. Упражнения снимают умственную усталость, помогают сосредоточиться на запоминании новой информации и даже улучшают координацию движений. В результате активизируется кровоснабжение головного мозга и работа его полушарий, улучшается восприятие сенсорной информации.

## **Игровая психогимнастика**

По мнению Е.А. Алябьевой и М.И. Чистяковой, психогимнастика представляет собой специальные задания (этюды, игры, упражнения), направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (его познавательной и эмоционально-личностной сферы).

### **Игры на развитие психических процессов и мыслительных операций**

Данные игры направлены на формирование у детей следующих операций: анализ — синтез, сравнение, классификация, упорядоченность действий, ориентировка в пространстве; формирование у детей умения рассуждать, доказывать, логически мыслить; на поддержку у детей познавательного интереса; на развитие основных психических процессов.

### **Игры и игровые упражнения по развитию эмоциональной сферы**

Такие игры и игровые упражнения направлены на развитие у детей понимания своих и чужих эмоций, чувств и переживаний для эффективного и гармоничного взаимодействия со взрослыми и сверстниками, предназначены для обогащения представлений дошкольников об эмоциях человека, а также способствуют формированию умения управлять своими эмоциональными состояниями.

**Ключевыми понятиями** программы являются:

**Мыслительная операция** — это один из способов мыслительной деятельности, посредством которого человек решает мыслительные задачи. Мыслительные операции составляют взаимосвязанные и взаимопереходящие стороны мыслительного процесса. К ним относятся сравнение, анализ, синтез, обобщение.

**Сравнение** — это сопоставление предметов, явлений, их свойств и обнаружение сходства и различия между ними. Сравнение является первичной формой познания.

**Анализ** — мысленное расчленение предмета или явления и выявление составляющих его элементов.

**Синтез** — мысленное воссоединение элементов в целостную структуру.

**Обобщение** — объединение предметов и явлений в единое целое на основе их общих существенных связей и закономерностей.

**Межполушарное взаимодействие** — особый механизм объединения левого и правого полушарий в единую интегративную систему, целостно формирующуюся под влиянием как генетических, так и средовых факторов. По мнению доктора психологических наук Сиротюк Л.А., развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта и творческого самовыражения.

**Кинезиологические упражнения** — комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

**Психогимнастика** — это комплекс специальных упражнений, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, а также на борьбу с различными психологическими проблемами.

**В программе учитываются принципы дошкольного образования:**

- 1) учет индивидуальных особенностей ребенка;
- 2) обогащение (амплификация) детского развития;
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых;
- 4) поддержка инициативы, самостоятельности и активности детей в различных видах детской деятельности;
- 5) возрастная адекватность (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития детей).

**Цель программы** — развитие и коррекция когнитивной и эмоциональной сфер детей 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи.

**Общими задачами программы являются:**

- Развитие интеллектуальной сферы: развитие мыслительных умений, наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического и творческого мышления.
- Расширение представлений о предметах и явлениях окружающего мира.
- Развитие межполушарного взаимодействия головного мозга ребенка и координационных способностей.
- Расширение представлений о мире эмоций.
- Развитие устной речи и коммуникативных навыков.

**Продолжительность курса программы:** 16 занятий по 20–25 минут периодичностью 1 раз в неделю.

**Срок апробации:**

Продолжительность занятий: 6 месяцев.

Начало занятий: 1-я неделя сентября.

Окончание занятий: 4-я неделя февраля.

Количество участников: 8 человек.

Педагоги: 2 человека — педагог-психолог, учитель-логопед.

**Ожидаемые результаты:**

- улучшится мыслительная деятельность, запоминание, повысится устойчивость внимания;
- синхронизируется работа полушарий головного мозга;
- расширятся представления о мире эмоций;
- повысится уровень сформированности навыка самостоятельно, связно и свободно выражать свои мысли, чувства, эмоции и переживания в различных ситуациях общения.

**Сведения о практической апробации программы:** коррекционно-развивающая программа «Гном и его разноцветный дом» прошла апробацию на базе СПДС «Красная Шапочка» ГБОУ лицей № 16 г. Жигулевска Самарской области с 1 сентября 2021 года по 25 февраля 2022 года.

Предлагаемая коррекционно-развивающая программа была апробирована в экспериментальном режиме с подгруппой детей 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи в количестве 8 человек.

В номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года коррекционно-развивающей программе «Гном и его разноцветный дом» присуждено звание лауреата.

В полном объеме коррекционно-развивающая программа «Гном и его разноцветный дом» по развитию и коррекции когнитивной и эмоциональной сфер детей 6–7 лет с тяжелыми нарушениями речи опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/otvodenkova/Gnom\\_i\\_yego\\_raznotsvetnyy\\_dom.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/otvodenkova/Gnom_i_yego_raznotsvetnyy_dom.pdf)

## **Коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста «Танец маленького утенка»**

Автор-составитель:

**Бокарева Ирина Александровна,**

педагог-психолог, методист ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является одной из важнейших задач современного общества. Специалисты психолого-педагогической сферы в последнее время отмечают постоянное увеличение количества детей, обнаруживающих те или иные возрастные несоответствия в психосоматическом развитии, которые зачастую проявляются в самом раннем возрасте. Это явление имеет негативную выраженность как в телесной (физической), так и в психической (эмоциональной, регулятивной и т.д.) сферах. В телесной сфере оно проявляется в ограниченности подвижности, нарушениях осанки и позы, неправильном кровообращении, мышечных болях, повышенном либо пониженном мышечном тонусе. В психической сфере — мешает естественному проявлению эмоций, препятствует личностному росту.

Для ребенка, и дети раннего возраста далеко не исключение, наиболее естественным и гармоничным будет то развитие и обучение, которое в первую очередь включает в работу двигательную сферу. Давно известный факт, что более 80% информации в ходе взаимодействия мы передаем друг другу невербальным способом. Что же касается ребенка, то его «язык» спонтанных жестов и телодвижений в значительной степени выражает характер его коммуникации и естественным образом возникает задолго до формирования речевых навыков. В связи с этим включение в работу с детьми раннего возраста телесно-ориентированных приемов существенно расширяет границы возможностей психологической коррекции существующих проблем. По своей сути телесно-ориентированная практика — это вид работы, при которой движения и физическая активность помогают маленькому клиенту научиться понимать свои чувства и

мысли. Ее отличие от других техник психологической работы заключается в дополнительной работе с телом человека. И это дополнение является существенным и особенно важным и эффективным, когда речь идет о работе с самыми маленькими клиентами психолога.

Основателем телесно-ориентированного направления работы в психологии является австрийский психолог Вильгельм Райх. Согласно его теории в ответ на возникающие стрессовые ситуации человек неизменно реагирует защитными поведенческими реакциями, проявляющимися в «мышечных зажимах» (под этим термином автор подразумевал хроническое напряжение отдельных групп мышц). Райх считал, что, работая с данными зажимами, можно освободиться от «мышечного панциря» и посредством этой работы добиться восстановления душевного равновесия и чувства удовлетворенности, помочь человеку вернуться к состоянию гармонии с окружающим миром.

Уникальность телесно-ориентированной практики в работе с детьми проявляется в том, что она является привычной и понятной ребенку работой с телом. Ведь ребенок изначально по своей природе есть существо абсолютно телесное. Например, если малыш испытывает чувство голода, если устал или хочет спать, то неизменно начинает капризничать. Формула проста: если ему плохо телесно, то однозначно он не удовлетворен и эмоционально. Так же и в обратном порядке: при возникновении негативного эмоционального состояния у детей наблюдается ответная телесная реакция, вплоть до нарушений сна, пищеварения и аппетита. Со временем эти две сферы дифференцируются, одна от другой отделяются, хотя связь остается на протяжении всей жизни человека, пусть и становится не столь очевидной.

Получается, что игры и упражнения из телесно-ориентированной практики позволяют маленьким клиентам снимать накопленное психоэмоциональное напряжение, а также учиться в большей степени понимать собственное тело, познавать мир эмоций.

Условно работа в рамках данного направления подразделяется на активную и пассивную. Задача психолога заключается в том, чтобы создать такие условия

для маленького клиента, в которых его мышцы могли бы расслабиться, чтобы ребенок смог снять телесное напряжение, а через него и эмоциональное. Активная работа связана с формированием телесных ощущений и созданием условий для выражения негативных эмоций путем включения в работу активных игр и упражнений.

### ***Новизна программы***

Обычно такие занятия проводятся психологом в кабинете, так сказать, в воздушном пространстве. Но что если организовать такую работу в водной среде? Если все тщательно продумать, то именно водная среда способна усилить эффект такого воздействия за счет включения практически всех сенсорных систем организма, в том числе самого большого сенсорного органа — кожи. Вода имеет более высокую плотность по сравнению с воздухом, благодаря чему нахождение в ней более эффективно с точки зрения телесного воздействия. Именно в этой среде легче добиться чередования напряжения и расслабления заданных групп мышц в процессе работы. Ранний возраст характеризуется постоянным ростом и развитием костной и мышечной систем, что также ведет к нарастанию напряжения и необходимости постоянно приспосабливаться к изменяющимся границам собственного тела. Регулярные занятия в воде позволяют снять напряжение, способствуют правильному формированию стоп и позвоночника, развивают дыхательную и сердечно-сосудистую системы и позволяют более эффективно работать на устранение «мышечного панциря», создавая при этом положительный эмоциональный фон во время работы.

### ***Научно-методологическое обоснование программы***

В настоящее время младшие дошкольники с психосоматическими проявлениями составляют достаточно многочисленную группу детей. Психологические проблемы ребенка часто находят выражение в повышенном мышечном тонусе, перевозбуждении нервной системы с выраженными поведенческими реакциями, более поздним формированием саморегуляции. Дети ясельной группы еще не имеют потребности в общении со сверстниками, речевые навыки пока не развиты, поэтому наиболее эффективен индивидуальный подход.

Профилактическая, коррекционная и развивающая работа с такими детьми возможна при тесном взаимодействии родителя, в нашем случае — тренера по плаванию и педагога-психолога. В содержании программы учтены общие и специфические особенности психического развития детей дошкольного возраста, новые вариативные формы организации коррекции отклонений мышечного развития.

### ***Принципы реализации программы***

Работа по программе строится с учетом следующих методологических принципов:

– принцип единства коррекции и развития, который означает, что работа строится на основе анализа внутренних и внешних условий развития ребенка, с учетом возрастных закономерностей развития;

– принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;

– принцип личностно-ориентированного и деятельностного подхода основан на признании развития в деятельности;

– принцип оптимистического подхода предполагает организацию «атмосферы успеха» для ребенка, поощрение успехов ребенка;

– принцип комплексности методов психолого-педагогического воздействия позволяет оказать помощь ребенку и родителям.

### ***Актуальность и перспективность***

Представляется, что оптимальным сегодня является подход, в котором интеграция психологической работы и культуры физического воспитания позволяет создать комплексную модель психолого-педагогического сопровождения детей с проблемами психосоматического характера. Комплексный и системный подход к решению проблем, связанных с психосоматическими нарушениями у детей, является основой для взаимодействия педагога-психолога и тренера по плаванию. Интегрированная образовательная деятельность позволяет решить многие задачи развития детей, не превышая допустимой образовательной нагрузки.

### ***Практическая направленность***

Данная программа имеет интерес для тех дошкольных учреждений, на базе которых есть бассейн для плавания и с детьми ясельной группы проводятся индивидуальные занятия по плаванию с тренером при непосредственном участии в работе педагога-психолога. Программа получила одобрение родителей и специалистов, может представлять интерес для педагогических работников дошкольных учреждений.

### ***Наличие межпредметных и внутрипредметных связей***

В процессе реализации программы все занятия проводятся комплексно. Они реализуются в тесном сотрудничестве с тренером по плаванию, воспитателем ясельной группы и родителями (законными представителями) воспитанников.

***Вид программы:*** коррекционно-развивающая.

***Цель:*** коррекция психосоматических состояний у детей раннего возраста путем применения методов телесно-ориентированной терапии в условиях бассейна.

### ***Задачи:***

- Снижение интенсивности аффективных поведенческих реакций.
- Нормализация мышечного тонуса ребенка.
- Формирование первичных навыков саморегуляции.
- Развитие общей моторики, развитие зрительно-моторной координации.

### ***Адресат программы:***

Дети 1,5–2 лет, имеющие показания от невролога для занятий в бассейне по причине нарушений психосоматического характера.

### ***Продолжительность реализации программы, сроки реализации***

Продолжительность программы: 10 занятий.

Сроки реализации программы: 10 занятий по 30 мин.

Рекомендуемая периодичность: 2 раза в неделю.

### ***Планируемые результаты реализации программы***

- Снижение частоты и интенсивности аффективных реакций.
- Нормализация мышечного тонуса.

— Формирование навыков произвольного внимания.

— Формирование умения слушать инструкции и действовать в соответствии с ними.

— Развитие зрительно-моторной координации.

### ***Система оценки достижения планируемых результатов***

Для фиксирования достигнутых результатов и оценки результативности программы используется специально созданная карта наблюдения психолога. В карте отражается появление или отсутствие заявленных параметров результативности программы, благодаря чему можно отследить динамику коррекции и развития.

### **Апробация программы**

Программа реализуется на базе Автономной некоммерческой организации дошкольного образования детский сад «Теремок» с марта 2022 г. по настоящее время. Занятия проводятся в бассейне совместно с тренером по плаванию. Программа была реализована с детьми ясельной группы «Капелька». Занятия проводятся в индивидуальном формате. Общее количество детей, прошедших обучение по данной программе, — 8 человек.

В номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года коррекционно-развивающей программе для детей младшего дошкольного возраста «Танец маленького утенка» присуждено звание лауреата.

В полном объеме **коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста «Танец маленького утенка»** опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу:

[http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/bokareva/Tanets\\_malen'kogo\\_utonka.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/bokareva/Tanets_malen'kogo_utonka.pdf)

## **Программа по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольных образовательных учреждениях «Мы вместе»**

Автор-составитель:

**Гусарова Наталья Михайловна,**

педагог-психолог ГБУ ЦППМСП «Центр диагностики и консультирования» г.о.  
Сызрань Самарской области

Современное общество в настоящее время проявляет особый интерес к детям с особыми образовательными потребностями (детям с инвалидностью, детям с ограниченными возможностями здоровья, детям с особенностями в развитии). Повсеместно внедряется инклюзивное образование. Инклюзивное (включающее) образование — это образование, при котором все дети, несмотря на свои физические, интеллектуальные и иные особенности, включены в общую систему образования вместе со своими сверстниками. Именно инклюзия обеспечивает раскрытие каждого ребенка с помощью образовательной программы, которая соответствует его способностям и учитывает потребности ребенка для достижения успеха. По экспертным оценкам, в настоящее время более 1,6 млн детей, проживающих в Российской Федерации (4,5% от их общего числа), относятся к категории лиц с ограниченными возможностями и нуждаются в комплексном психолого-педагогическом сопровождении на протяжении всего периода обучения в ОУ общего типа. Получение детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами образования в условиях инклюзии способствует их успешной социализации, обеспечению их полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в различных видах деятельности. Каждый ребенок, вне зависимости от состояния своего здоровья, имеет право жить в семье и развиваться в среде своих сверстников. Именно в общей образовательной среде ребенок с нарушениями здоровья сможет усвоить не только учебную информацию, но и ощутить всю полноту и сложность жизни в обществе, получить определенный социальный опыт.

Психолого-педагогическое сопровождение детей данной категории является одной из основных задач многих образовательных организаций, в том числе и в СП «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г.о. Сызрань, в котором функционирует группа компенсирующей направленности.

Согласно целям программы модернизации инфраструктуры образовательных учреждений, в каждом из них должна быть создана расширенная универсальная безбарьерная среда, позволяющая обеспечить полноценную интеграцию детей с ограниченными возможностями здоровья. Для России инклюзивное образование является инновацией. Любая инновация проходит несколько этапов, и в данный момент идет этап внедрения, который, с одной стороны, характеризуется стихийностью, а с другой стороны, попытками оценить условия готовности к принятию этого педагогического нововведения.

Важнейшим этапом подготовки системы образования к реализации процесса инклюзии является этап психологических и ценностных изменений и уровня профессиональных компетентностей ее специалистов. Одним из главных факторов реализации эффективной деятельности в контексте инклюзивного образования становится формирование психологической готовности педагогов.

Результаты проведенного нами исследования показали, что большая часть педагогов имеет недостаточный уровень психологической готовности к реализации инклюзивного образования, что легло в основу разработки нами программы «Мы вместе»

Целью данной программы является формирование психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольной образовательной организации. Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Достижение поставленной цели предусматривает:

- развитие аксиологической готовности педагогов ДОО к реализации инклюзии;
- повышение уровня информационной готовности педагогов;

— формирование эмоциональной устойчивости и технологической готовности педагогов для реализации инклюзивного образования.

Срок реализации программы — 1 учебный год.

Программа состоит из 24 занятий (по 45 минут каждое), которые проводятся 2–3 раза в месяц еженедельно. В число занятий входят 2 диагностических и 22 тренинговых занятия.

В результате апробации программы была выявлена положительная динамика показателей сформированности психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольной образовательной организации, что позволяет нам говорить об эффективности данной программы в реализации поставленных перед ней задач.

Программа «Мы вместе» может быть полезна для педагогов-психологов образовательных организаций, преследующих цель сформировать психологическую готовность у педагогов учреждения к работе в условиях инклюзивного образования.

### **Актуальность, обоснование программы**

Одна из основных целей модернизации инфраструктуры дошкольного образовательного учреждения (ДОУ) — обеспечение прав граждан на получение качественного дошкольного образования. В процессе модернизации решаются задачи создания в ДОУ безбарьерной среды, позволяющей детям с ограниченными возможностями здоровья получить современное дошкольное образование, и развитие сотрудничества ДОУ с учреждениями социальной сферы.

В настоящее время в России насчитывается около 2 млн детей с ограниченными возможностями здоровья. Инклюзивное образование дает им возможность учиться и развиваться в среде обычных детей. При этом всем детям инклюзивной группы предоставляются равные условия для того, чтобы включиться в образовательный процесс.

Инклюзивное (франц. *inclusif* — включающий в себя, от лат. *include* — заключаю, включаю), или включенное, образование — термин, используемый для описания процесса обучения детей с особыми потребностями в

общеобразовательных (массовых) организациях. Современное общество во всем мире признает необходимость и целесообразность создания для детей с ОВЗ условий, способствующих их успешной социализации и адаптации, формированию самостоятельности, навыков социальной и жизненной компетентности.

В рамках реализации инклюзивного образования на базе СП «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г.о. Сызрань функционирует группа компенсирующей направленности, которую посещают дети с нарушениями речи. Для сопровождения детей данных категорий в СП «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г.о. Сызрань работает психолого-педагогический консилиум, в который входят: старший воспитатель, педагог-психолог, учитель-логопед, инструктор по физическому воспитанию, музыкальный руководитель, воспитатели.

Задача дошкольного образовательного учреждения заключается в обеспечении полноценного, всестороннего развития детей различных категорий здоровья, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и образовательных потребностей, в оказании им квалифицированной помощи и поддержки.

Социализация детей с ограниченными возможностями среди детей, не имеющих особенностей в развитии, обеспечивается через их взаимодействие, взаимопомощь и поддержку. Таким образом, ребенок с ограниченными возможностями здоровья имеет возможность с ранних лет, преодолевая трудности, жить в реальных условиях и чувствовать себя полноценной частью общества. Одним из ключевых условий благополучного и комфортного пребывания детей данных категорий в нашем учреждении является создание специальных условий для их воспитания и обучения.

Важным фактором для воспитания и обучения детей с ОВЗ в современном образовательном пространстве в условиях создания необходимой развивающей среды является кадровое обеспечение ДОУ. Помимо качественного педагогического образования, имеющегося у воспитателей и специалистов учреждения, особую значимость в реализации инклюзивного образования приобретает психологическая готовность специалистов для осуществления

деятельности в группах, которые посещают дети с ОВЗ и инвалидностью. Несмотря на различие подходов к определению психологической готовности, большинство авторов исходит из позиции, что она является «сложным синтетическим образованием», состоящим из комплекса разнообразных, связанных между собой элементов. Готовность в прямом смысле означает: первое — это согласие сделать что-нибудь как добровольное и осознанное решение, направленное на деятельность; второе — как состояние, при котором все готово для чего-нибудь и которое обеспечит выполнение решения. Психологическая готовность педагога к работе с детьми с ОВЗ предполагает профессионально-гуманистическую направленность личности, ее ценностные ориентации и профессионально-личностные качества и умения. Одним из таких качеств, по мнению И.М. Яковлевой, является готовность педагога к оказанию помощи, предполагающая альтруистические и просоциальные действия, которые направлены на обеспечение благополучия других людей. Готовность к оказанию помощи является высшим проявлением эмпатического поведения личности. Считается, что чем выше уровень эмпатии, тем выше уровень готовности к оказанию помощи. Эмпатия проявляется как способность педагога посмотреть на ситуацию глазами ребенка, как эмоционально теплое отношение к ребенку, имеющему ОВЗ. Еще одним важным личностным качеством педагога, работающего в условиях инклюзивного образования и не только, является толерантность, понимаемая как спокойное и доброжелательное отношение к особенностям воспитанников. Немаловажную роль играет и педагогический оптимизм, вера в потенциальные способности ребенка. При этом важно не предъявлять завышенных требований к детям с ОВЗ. В работе в условиях инклюзивного образования педагогу необходимо обладать высокими способностями к самообладанию и регуляции своего поведения и эмоционального состояния. Он должен быстро и уверенно реагировать в стрессовых ситуациях как между детьми, так и между детьми и педагогом. Немаловажное значение при работе с детьми с ОВЗ имеет деликатность и тактичность педагога, соблюдение строгой конфиденциальности информации. Шумиловская Ю.В. среди

профессионально важных качеств, предъявляемых к педагогу, работающему с детьми с ОВЗ, выделяет креативный компонент, отражающий творческую активность педагога, позволяющий создавать новые духовные ценности, а также развивать творческий потенциал детей, имеющих ограниченные возможности.

С целью выявления психологической готовности педагогов нашего дошкольного учреждения к деятельности в данном направлении мы решили провести исследование сформированности психологической готовности к реализации инклюзивного образования в ДОУ при помощи анкеты «Изучение психологической готовности педагогов дошкольных образовательных организаций к внедрению инклюзивного образования» (Модификация анкеты Бурениной Е.Е.), с помощью «Методики диагностики эмпатийных способностей» (В.В. Бойко), с помощью «Методики определения уровня тревожности» (Спилбергер Ч.Д., Ханин Ю.Л.), с помощью проективной методики «Человек под дождем» (А. Абрамс, А. Эмчин).

В исследовании приняли участие 16 педагогов СП «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г.о. Сызрань в возрасте от 20 до 55 лет, с педагогическим стажем от 1 года до 25 лет.

### **Практическая значимость**

Данная программа может быть полезна практикующим педагогам-психологам ДОУ, руководителям и методистам ДОУ для организации работы по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования.

**Цель программы** — формирование психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольной образовательной организации.

### **Задачи программы:**

- развитие аксиологической готовности педагогов ДОУ к реализации инклюзии;
- повышение уровня информационной готовности педагогов;

- формирование эмоциональной устойчивости, эмпатии и асертивности педагогов для реализации инклюзивного образования;
- развитие педагогической рефлексии в условиях реализации инклюзии.

**Участники:** воспитатели и специалисты (учителя-логопеды, музыкальный руководитель, инструктор по физическому воспитанию) ДООУ, имеющие педагогическое образование. Программа рассчитана на занятия с группой педагогов до 20 человек.

**Нормативно-правовые основания:**

- Всемирная декларация об образовании для всех.
- Конвенция ООН о правах инвалидов.
- Конвенция о правах ребенка.
- Протокол № 1 Европейской конвенции о защите прав и свобод человека.
- Конституция РФ, Закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Закон «О социальной защите инвалидов в РФ».
- Государственная программа «Развитие образования» на 2013–2020 гг.

**Описание используемых методик, технологий, диагностического инструментария**

Психологическая готовность педагогов к реализации инклюзивного образования — это одна из составляющих общей готовности педагогов к работе в условиях инклюзии. Рассматривая психологическую готовность к реализации инклюзивного образования, мы выделили 3 основных блока психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования, а именно: информационный, технологический и аксиологический.

*Информационный блок* отражает наличие предметно-специальных и нормативно-правовых знаний, позволяющих принимать эффективные решения в профессионально-педагогической деятельности.

*Технологический блок* содержит процессуальные характеристики, формы, методы, средства. Включает педагогическое взаимодействие, организацию и управление процессом, без которых не может быть достигнут конечный результат.

*Аксиологический блок* включает мировоззрение, в том числе усвоение и принятие ценностей педагогического труда, признание свободы личности всех участников педагогического процесса и личностную направленность, которая проявляется в самореализации сущностных сил педагога. Данные блоки были выделены с целью разграничения составляющих широкого понятия «психологическая готовность педагогов к реализации инклюзивного образования». Прослеживая сформированность данных составляющих психологической готовности, проще сделать вывод о психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в целом.

Для обоснования актуальности и проверки эффективности программы нами был использован диагностический метод анкетирования. До и после реализации программы для диагностики уровня психологической готовности педагогов ДОУ к реализации инклюзивного образования использовалась анкета «Изучение психологической готовности педагогов дошкольных образовательных организаций к внедрению инклюзивного образования» (Модификация анкеты Бурениной Е.Е.).

Также была использована **«Методика диагностики эмпатических способностей» (В.В. Бойко)**, предназначенная для оценки умения сопереживать и понимать мысли и чувства другого человека. Эмпатия — от греч. *empathia* — «сопереживание». Эмпатия предполагает осмысленное представление внутреннего мира партнера по общению. Эмпатия возникает быстрее и легче в случае сходства поведенческих и эмоциональных реакций. В качестве особых форм эмпатии выделяют:

сопереживание (переживание собеседником тех же самых чувств, которые испытывает другой человек, ставя себя на его место);

сочувствие (переживание из-за чувств другого человека).

Способность педагога к эмпатии в работе с детьми с ОВЗ рассматривается как важное коммуникативное свойство, которое позволяет создать атмосферу открытости, доверительности в общении с особым ребенком, исключить напряженность, неестественность и подозрительность.

Для оценки динамики состояния тревожности педагогов нами была использована методика **«Определение уровня тревожности»**, разработанная **Ч.Д. Спилбергером (США) и адаптированная Ю.Л. Ханиным (Россия)**.

Данный тест является надежным и информативным способом **самооценки уровня тревожности в данный момент** (реактивная тревожность как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека).

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушение внимания, иногда нарушение тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

**Тревожность** не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности — естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Значительные отклонения от умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревожности с целью показать себя в «лучшем свете».

Малораспространенной, но информативной является методика **«Человек под дождем»**. Авторы **А. Абрамс, А. Эмчин**.

Эта проективная методика ориентирована на диагностику силы Эго человека, его способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им. Она позволяет также осуществить диагностику личностных резервов и особенностей защитных механизмов. Тест позволяет определить, как человек реагирует на стрессовые, неблагоприятные ситуации, что он чувствует при затруднениях.

Проективный тест «Человек под дождем» дает возможность узнать, как человек привык взаимодействовать с окружающим миром. Результаты диагностики помогут определить, какие качества необходимо развить педагогу, чтобы заложить основы хороших отношений с детьми с особенностями развития и их родителями. Тест ориентирован на диагностику личностных резервов и особенностей защитных механизмов человека, его способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им, справляться со стрессом.

В реализации самой программы также применяются коррекционно-развивающие технологии: *арт-терапия* и работа с *метафорическими ассоциативными картами*.

Выбор данных технологий был сделан исходя из цели и задач программы. Арт-терапия помогает в снятии напряженности и стрессовых состояний у педагогов, связанных с работой с детьми с ОВЗ. Кроме того, данная технология помогает раскрыть внутренний потенциал человека, включить творческое воображение, что, безусловно, необходимо педагогам в реализации инклюзивного образования.

Работа с метафорическими ассоциативными картами помогает ориентироваться на чувства, интуицию и сенсорный опыт педагогов, что способствует более глубокой педагогической рефлексии.

Для реализации программы нами была разработана колода метафорических карт. Изображения для данной колоды были подобраны в соответствии с ее главной целью и идеей, а именно создать педагогам предпосылки для размышлений на тему инклюзивного образования, его ценности для общества. Изображения для данной колоды были взяты из сети Интернет. Колода состоит из

32 метафорических карт, так или иначе связанных с детьми с ОВЗ и инклюзивным образованием в целом.

При разработке и реализации коррекционно-развивающей программы нами были использованы упражнения из материалов О.Ф. Богатой, С.В. Алехиной, Е.Е. Бурениной, И.М. Яковлевой.

**Основная форма работы:** групповые занятия, индивидуальные консультации педагогов по ходу реализации программы (по запросу).

**Методы для реализации программы:** беседа, лекция, тренинг, деловая игра, мастер-класс, музыкотерапия, элементы гештальт-терапии, которые дают возможность научиться чувствовать эмоциональное состояние других людей, различать эмоции и управлять ими в нужный момент, освобождаться от переживаний.

После каждого занятия проводятся упражнения на релаксацию, где педагоги получают навыки, как с помощью дыхания и расслабления избавиться от напряжения и стресса в трудных, эмоционально перегруженных ситуациях, как обрести спокойствие и душевное равновесие.

#### **Условия реализации**

*Материально-технические условия:* актовый зал ДООУ, мультимедийное оборудование, бумага формата А4, карандаши и фломастеры, ручки, вода.

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

Повышение уровня сформированности психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольной образовательной организации, а именно: *развитие аксиологической готовности педагогов ДООУ к реализации инклюзии (увеличение данного показателя по диагностике после реализации программы не менее чем до 30%); повышение уровня информационной готовности педагогов (увеличение данного показателя по диагностике после реализации программы не менее чем до 30%); формирование эмоциональной устойчивости и технологической готовности педагогов для реализации инклюзивного образования (увеличение данного показателя по диагностике после реализации программы не менее чем до 30%).*

Снижение уровня ситуативной и личностной тревожности.

Освоение методов релаксации.

Формирование коммуникативных компетенций, навыков асертивного поведения и толерантности.

Данная программа была апробирована на базе СП «Детский сад № 40» ГБОУ СОШ № 29 г.о. Сызрань в течение 2021–2022 учебного года. В реализации программы приняли участие 16 педагогов ДОУ.

В номинации «Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2023 года Программе по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольных образовательных учреждениях «Мы вместе» присуждено 3-е место.

В полном объеме программа по формированию психологической готовности педагогов к реализации инклюзивного образования в дошкольных образовательных учреждениях «Мы вместе» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/gusarova/My\\_vmeste.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/ogr/materials/gusarova/My_vmeste.pdf)

Научное издание

**ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И АДАПТАЦИИ**  
**Сборник программ**  
**победителей и лауреатов областного конкурса**  
**психолого-педагогических программ (технологий) 2023 года**

Подписано в печать 28.09.2022. Заказ № 115.

Формат 60x84/8. Усл. печ. л. 16,39.

Печать оперативная. Гарнитура Arial Narrow.

Отпечатано редакционно-издательским отделом

ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»

443034, г. Самара, ул. Металлистов, 61а, тел. (846) 993-16-38