

Министерство образования 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)  
2025 года**

Самара  
2025

**УДК 159.9**  
**ББК 74.3**  
**П 86**

Печатается в соответствии с государственным заданием министерства образования Самарской области ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» на 2025 год и результатами областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

**П 86** Психология развития и адаптации: сборник программ победителей и лауреатов областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) 2025 года. — Самара: ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр», 2025. — С. 65.

В сборнике представлены аннотации программ победителей и лауреатов областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации», состоявшегося в 2025 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, 2025  
© ГБУ ДПО «Региональный  
социопсихологический центр», 2025

## Оглавление

Предисловие.....	4
<b>Номинация «Профилактические психолого-педагогические программы».....</b>	<b>8</b>
Профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций».....	8
<b>Номинация «Программы коррекционно-развивающей работы».....</b>	<b>21</b>
Психолого-педагогическая программа коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет.....	21
<b>Номинация «Развивающие психолого-педагогические программы».....</b>	<b>33</b>
Развивающая психолого-педагогическая программа «Как стать супергероем? Сила эмоций» .....	33
Развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эбру».....	44
Развивающая психолого-педагогическая программа «Подрастай-ка».....	52
Развивающая психолого-педагогическая программа «Сказки мудрой совы».....	58

## 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 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 о Конкурсе психолого-педагогических программ были определены следующие номинации:

*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, развитие личностных ресурсов, системы убеждений и ценностно-смысловых установок, повышение психологической защищенности, проработку психологической травмы.

*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.

*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.

*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.

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

*Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами* — программы, повышающие психологическую грамотность педагогических коллективов, развитие их профессиональных ресурсов, навыков командного взаимодействия и психологического благополучия.

На основании распоряжения министерства образования Самарской области от 30.01.2025 № 108-р оценка программ, представленных на конкурс, 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»;

Баринова Валентина Михайловна, директор государственного бюджетного учреждения центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Центр социально-трудовой адаптации и профориентации» городского округа Сызрань Самарской области;

Бокарева Ирина Александровна, методист методического отдела Центра, педагог-психолог высшей категории;

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

Гоголь Наталья Владимировна, педагог-психолог высшей категории государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области «Школа-интернат № 117 им. Т. С. Зыковой для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья городского округа Самара»;

Глухова Татьяна Георгиевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Управление персоналом» Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Самарский государственный университет путей сообщения»;

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;

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;

Липина Наталья Владимировна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития Самарского национального исследовательского университета им. академика С.П. Королёва;

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

Никитина Татьяна Олеговна, методист, педагог-психолог государственного бюджетного учреждения дополнительного профессионального образования Самарской области «Центр специального образования»;

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;

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

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 Самара.

По итогам областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года определены программы, ставшие победителями и лауреатами.

В номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» 3-е место присуждено психолого-педагогической программе «Путеводитель в мир чувств и эмоций» (автор-составитель Коротаева Галина Александровна).

В номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» 2-е место присуждено психолого-педагогической программе «Мой мир чувств и эмоций» (авторы-составители Сергеева Татьяна Юрьевна, Смолякова Инна Викторовна).

В номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» 1-е место присуждено психолого-педагогической программе «Как стать супергероем? Сила эмоций» (автор-составитель Верясова Ольга Александровна). 3-е место присуждено двум программам: психолого-педагогической программе «Волшебный мир эбру» (автор-составитель Казакова Елена Александровна) и психолого-педагогической программе «Подрастай-ка» (автор-составитель Косырева Жанна Михайловна). Звание «Лауреат» присвоено психолого-педагогической программе «Сказки мудрой совы» (автор-составитель Булатович Ирина Николаевна).

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>

В полном объеме программы победителей и лауреатов конкурса (в авторской редакции) размещены на страницах тематических подразделов раздела «Направления деятельности специалистов» официального сайта ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» по адресу: <http://rspc-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

## **Номинация «Профилактические психолого-педагогические программы»**

### **Профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций»**

Автор-составитель:

**Коротаева Г. А.**, педагог-психолог,

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

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций» направлена на профилактику негативных эмоциональных состояний обучающихся 14-18 лет.

Профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций» была разработана Коротаевой Галиной Александровной, педагогом-психологом ГБУ «Психолого-педагогического центра» г.о. Тольятти.

Программа рекомендована к применению педагогам-психологам общеобразовательных и средне-профессиональных учебных организаций.

#### **Актуальность программы**

Актуальность программы по развитию эмоционального интеллекта обусловлена рядом факторов. Во-первых, развитие эмоционального интеллекта позволяет лучше понимать свои эмоции и эмоции других людей, что помогает устанавливать глубокие и доверительные отношения. Во-вторых, умение понимать и контролировать свои эмоции позволяет лучше справляться со стрессом, принимать эффективные решения и устанавливать продуктивные взаимоотношения. В-третьих, развитие эмоционального интеллекта помогает видеть ситуации с разных точек зрения и принимать во внимание эмоциональные аспекты при принятии решений.

Эмоциональная сфера подростков отличается повышенной интенсивностью и нестабильностью. Подросток переживает эмоции очень ярко и не всегда способен с ними справиться, что создает дополнительные трудности при его взаимодействии с окружающими.

В связи с этим особую актуальность и значимость для подрастающего поколения приобретает целенаправленная и систематическая работа с учащимися по развитию эмоционального интеллекта, умению управлять своими эмоциями. Несмотря на теоретическую и практическую значимость данного вопроса, реальная работа в этом направлении ведется недостаточно. Именно поэтому считаем разработку данной программы практически обоснованной и своевременной.

Данная программа построена с учетом общих требований стандарта и относится к программам по развитию эмоционального интеллекта у подростков, способности распознавать свои эмоции и управлять ими, понимать чувства окружающих, находить с ними общий язык. Профилактическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций» состоит из цикла занятий и построена так, чтобы предоставить возможность обучающимся не только узнать о психологии эмоционального интеллекта, о выражении своих собственных чувств и эмоций, но и научиться понимать эмоциональное состояние окружающих людей, отработать это на практике. Тренинг предоставит возможность научиться управлять своими эмоциями, развивать навыки стрессоустойчивости в трудных ситуациях, что, в свою очередь, позволит скорректировать поведение и эмоциональные проявления друг к другу в образовательном учреждении.

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

Эмоции играют огромную роль. Они помогают нам понять, насколько та или иная ситуация важна для нас, влияют на наши решения и поступки. У каждого человека есть свой индивидуальный способ эмоционального реагирования. Особенно важно эмоциональное развитие в подростковом возрасте. Этот период характеризуется бурными физиологическими и психологическими изменениями. Подросток учится выражать и контролировать свои эмоции, понимать эмоциональные состояния других людей. Навыки эмоциональной регуляции, полученные в этот период, во многом определяют дальнейшее развитие личности. Нестабильный эмоциональный фон, характерный для многих подростков, может приводить к проблемам в обучении, общении со сверстниками и взрослыми.

Одной из самых ярких особенностей эмоциональной сферы в период взросления являются резкие, порой необъяснимые смены настроения. Состояние подростка может меняться очень быстро – от смеха и восторга к слезам и истерикам. При этом каких-либо заметных внешних причин для таких перепадов часто не наблюдается. Чем вызвана такая лабильность? Во-первых, на уровень возбудимости нервной системы сильное влияние оказывают бурные гормональные изменения. Даже небольшой раздражитель в такие периоды может вызвать бурную эмоциональную реакцию. Во-вторых, становление личности, поиск своего места в социуме также сопровождается внутренними конфликтами и противоречиями. Это находит отражение в эмоциональном фоне. В-третьих, подростки ещё только учатся контролировать проявления собственных чувств, регулировать настроение. Поэтому оно качается, как маятник, из стороны в сторону. Исходя из этого, перепады настроения – естественный атрибут подросткового возраста на фоне масштабных внутренних изменений. Главное, чтобы они не превращались в устойчивую тенденцию и не мешали полноценной жизни. В подростковом возрасте нервная система находится в процессе активного созревания. Это

проявляется в повышенной возбудимости и импульсивности поведения. Под возбудимостью понимается склонность нервной системы реагировать даже на слабые раздражители. У подростков минимальный повод может вызвать бурную эмоциональную реакцию – слезы, крики, истерику. Причем иногда даже невозможно понять причину такого поведения.

Программа является хорошим способом преодолеть трудности, возникающие в стрессовых ситуациях у подростков и научиться контролировать свои эмоции.

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

Умение управлять эмоциями важно для подростков, так как это может помочь избежать отрицательных последствий: повышенного уровня тревожности, стресса, конфликтных отношений с другими людьми (родителями, учителями, сверстниками), проблем со здоровьем. Кроме того, эмоциональная компетенция необходима для успешной адаптации в общественной среде и личностного развития. Через данную программу можно решить следующие проблемы: понимание и выражение своих эмоций, распознавание чувств другого человека, умение находить выход из стрессовой ситуации.

Некоторые способы, которые помогают подросткам управлять эмоциями:

- дыхание, чтобы привести себя в более-менее ровное состояние, нужно сделать глубокий медленный вдох и так же медленно выдохнуть;
- сдержанность, если кто-то сказал грубость или не принимает точку зрения, лучше проявить сдержанность и не доказывать свою правоту;
- общение, если что-то тревожит или не даёт покоя, лучше выразить это словами в корректной, уважительной форме;
- переключение: интересы и хобби помогают конструктивно выходить на напряжение;
- работа со специалистом: общаясь с психологом, проще выразить скопившиеся переживания и получить поддержку.

В настоящее время в системе образования Российской Федерации происходят значительные изменения. Согласно ФГОС выпускник среднего (полного) общего образования должен обладать необходимыми компетенциями для успешной социализации в современном обществе.

ФГОС подразумевает особое внимание к личностным результатам обучения школьника, которые должны отражать:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- развитие способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

Достичь поставленных задач возможно при создании условий для самореализации и саморазвития личности обучающегося. Важным фактором развития личности является его благоприятное эмоциональное состояние.

**Нормативно-правовую базу** разработки программы составили:

- «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- Конституция Российской Федерации: принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.;
- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 № 223-ФЗ (ред. от 23.11.2024);
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.04.2023);
- Федеральный закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.06.1999 № 120-ФЗ;
- Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению учащихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования;
- Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России (принят на Всероссийском съезде практических психологов образования, май 2003 г.);
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 № В-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

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

Цель программы: повышение уровня эмоционального интеллекта у подростков.

Задачи:

- развивать навык распознавания и управления своими эмоциями, понимания чувства окружающих, выстраивания с ними общий язык,
- формирование эмоциональной отзывчивости, способности сопереживать и радоваться за другого,
- развитие навыков стрессоустойчивости.

К окончанию программы подростки должны научиться:

- умению контролировать свои эмоции;
- умению распознавать эмоции другого человека и способности сопереживать ему;
- умению развивать навыки стрессоустойчивости.

**Педагогические технологии:** основной технологией является тренинговая деятельность. Также в программе используется информационно-коммуникационная технология, которая заключается в развитии критического мышления и обучении активного использования речевых средств и средств информационных технологий.

## **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, формированию навыков развития эмоционального интеллекта. Определяется круг теоретико-практических задач, необходимых для функционирования программы. Проводятся предварительные встречи с обучающимися, где рассказывается о программе «Путеводитель в мир чувств и эмоций». 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 «Путеводитель в мир чувств и эмоций» по ознакомлению с эмоциональным интеллектом, с чувствами, со стрессоустойчивостью и навыками самообладания. В тренинге организуется активное взаимодействие с участниками, позволяющее отработать полученные знания и использовать их на практике.

Формами работы по 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 тестирование; промежуточной диагностики, в процессе которой используется метод «Наблюдение» 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 администрацией в виде справки и рефлексивного отчета.

**Методы и формы работы:** психологические игры, арт-терапевтические методы, работа в парах и малых группах, психогимнастические и релаксационные упражнения, дыхательная гимнастика.

**Организация занятий:** программа содержит учебный план, учебно-тематическое планирование (с обозначением формы контроля), конспекты тренинговых занятий, приложения с практическими заданиями и дополнительным материалом, список литературы. 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. Их темы соответствуют задачам тренинга.

**Механизм реализации программы:**

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

**Организационный блок (психодиагностика)**

Цель этого блока – выявление уровня эмоционального интеллекта у учащихся, стратегии преодоления стрессовых ситуаций.

**Практический блок (профилактические тренинговые занятия)**

Реализация программных мероприятий проходит в формате тренинговых занятий. Тренинговые занятия – одна из эффективных форм работы с подрастающим поколением. Здесь формируются навыки самопознания и саморазвития. Основная задача — обучение навыкам стрессоустойчивости, уверенного поведения, а также умению контролировать и управлять своими эмоциями.

**Заключительный блок (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 формирования и повышения уровня эмоционального интеллекта у подростков.

1 занятие. «Знакомство с миром своих эмоций». Создание благоприятной групповой среды. Исследование своих эмоций.

2 занятие. «Понятие эмоций, их виды и значение». Знакомство с видами эмоций. Снятие эмоционального напряжения в группе.

3 занятие. «Эмоциональный интеллект». Познакомить учащихся с понятием «эмоциональный интеллект».

4 занятие. «Эмоциональный интеллект». Формирование способности осознавать и понимать свои эмоции, а также управлять ими. Развитие навыка осознавать и понимать эмоции других людей, а также влиять на них. Расширение «эмоционального словаря».

5 занятие. «Отличие эмоций и чувств». Характеристики и особенности эмоций и чувств. Обучение выражению своих чувств и пониманию чувств других людей. Освоение разных способов управления своими эмоциями.

6 занятие. «Стресс в нашей жизни. Как к нему относиться?». Знакомство с понятием стресса, нужен стресс или нет, методы и приемы выхода из стрессовых ситуаций.

7 занятие. «Учимся владеть эмоциями». Совершенствовать умение конструктивно выражать эмоции, расшифровывать внешние проявления основных эмоций и чувств у других людей. Учить выражать эмоции и снимать эмоциональное напряжение.

8 занятие. «Поиск своих ресурсов». Познакомить учащихся с понятием «ресурс личности». Определить внешние и внутренние ресурсы, влияющие на эффективность деятельности. Развивать способность к осознанию своих положительных качеств.

9 занятие. «Уверенность и самообладание». Повышение уверенного поведения и умения противостоять групповому давлению, развитие поведенческой пластичности. Формирование представления о собственной уникальности.

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

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.

**Адресат:** подростки 14-18 лет, обучающиеся в общеобразовательных и средне-профессиональных учебных организациях.

**Общая наполняемость группы:** 16 человек.

**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.

**Описание используемых методик, технологий, инструментария**

В данной профилактической программе применяются следующие формы и методы работы:

- со всей группой;
- индивидуальная;
- в парах;
- в тройках;
- в микро-группах.

## Методы работы на тренинге

— *Анализ ситуаций.* Ведущий предлагает ситуации, примеры из практики, участники делают ее анализ, ищут причины, стратегии выхода из данных ситуаций, находят эффективные формы поведения. Ситуации могут подготовить и рассказать сами участники из своей практики.

— *Групповая дискуссия.* Совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса позволяет прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения. В тренинге групповая дискуссия может быть использована как в целях предоставления возможности участникам увидеть проблему с разных сторон, так и в качестве способа групповой рефлексии через анализ индивидуальных переживаний (это усиливает сплоченность группы и одновременно облегчает самораскрытие участников). Между этими достаточно сильно различающимися целями имеется целый ряд других, промежуточных, целей, например, актуализация и разрешение скрытых конфликтов и устранение эмоциональной предвзятости в оценке позиции партнера путем открытых высказываний или предоставление возможности участникам проявить свою компетентность и тем самым удовлетворить потребность в признании и уважении.

— *Получение и дача обратной связи.* В игровой или деловой форме участники дают друг другу обратную связь и получают ее. Ведущий может присоединиться и также давать обратную связь участникам

- *Методы, направленные на развитие социальной перцепции.* Участники группы развивают умения воспринимать, понимать и оценивать других людей, самих себя, свою группу. В ходе тренинговых занятий с помощью специально разработанных упражнений участники получают вербальную и невербальную информацию о том, как их воспринимают другие люди, насколько точно их собственное самовосприятие. Они приобретают умения глубокой рефлексии, смысловой и оценочной интерпретации объекта восприятия.

— *Игровые методы* (коммуникативные, разогревающие и ролевые игры):

- Коммуникативная игра – игровая деятельность участников тренинга, структурированная в соответствии с целями и задачами работы, подразумевающая возможность и необходимость межличностной коммуникации.

- Разогревающие игры (разминки) широко используются в психологических тренингах. Они представляют собой наиболее заметную, эмоционально насыщенную и запоминающуюся часть занятия и воспринимаются чуть ли не как визитная карточка тренинга с подростками. Основная цель их использования – интенсификация эмоциональной сферы участников и их межличностного взаимодействия, а также разминки в физическом значении этого термина.

- Ролевая игра выступает одним из эффективных методов развития социальных навыков человека. Ее сущность заключается в том, что участники временно принимают определенную социальную роль и демонстрируют

поведенческие модели.

Применение ролевой игры в тренинге *позволяет решить ряд задач:*

- сформировать у участников новые модели поведения в ситуациях межличностного взаимодействия;
- расширить гибкость поведения благодаря возможности принимать на себя роли разных участников общения;
- обучить моделям эффективного поведения в конкретных ситуациях общения;
- продемонстрировать условность предписываемых ролями способов поведения, их зависимость от контекста общения;
- создать условия для осознания и коррекции собственных неадекватных поведенческих моделей.

В теоретической части широко применяются мини-лекции и лекции с элементами дискуссий, что позволяет повысить интенсивность и эффективность процесса восприятия нового материала за счет активного включения обучаемых в коллективный поиск истины.

### **Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав её участников**

Программа соответствует требованиям, предъявляемым к профилактическим психолого-педагогическим программам, и способствует достижению поставленной цели. Темы теоретического блока и практических игр и упражнений взаимосвязаны и вытекают одна из другой. Ведущему программы следует четко придерживаться учебно-тематического плана. Допускается замена некоторых упражнений на другие, если они полностью соответствуют цели, которую выполняло заменяемое упражнение.

Ведущий – психолог, он должен иметь навыки групповой работы, а также навыки работы с подростками. Это важно для отслеживания особенностей групповой динамики, взаимоотношений в малой группе, проявлений лидерства, неприятия группой кого-либо из участников и т. д. Это человек, умеющий импровизировать, следовать за групповым процессом, имеющий запас различных упражнений.

Участников программы следует заранее предупредить о режиме занятий, создать условия для посещения занятий.

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

Права и обязанности участников программы определяются принятыми правилами группы. В каждой группе определяются свои правила, но существует ряд основных правил, соблюдение которых необходимо для нормального функционирования группы.

1. Доверительный стиль общения. Для того чтобы группа работала с наибольшей отдачей, и участники как можно больше доверяли друг другу, в качестве первого шага к практическому созданию климата доверия предлагается принять единую форму обращения на «ты». Это

психологически уравнивает всех членов группы, в том числе и тренера, независимо от возраста.

2. Общение по принципу «здесь и теперь». Многие люди стремятся не говорить о том, что они чувствуют, что думают, так как боятся показаться смешными. Для них характерно стремление уйти в область общих рассуждений, обсудить события, случившиеся с другими людьми. Это срабатывает «механизм психологической защиты». Но основная задача нашей работы – превратить группу в своеобразное объемное зеркало, в котором каждый смог бы увидеть себя с разных сторон, лучше узнать себя и свои личностные особенности. Поэтому во время занятий все говорят только о том, что волнует каждого; то, что происходит в группе, обсуждаем здесь и теперь;

3. Персонификация высказываний. Для более откровенного общения во время занятий мы отказываемся от безличной речи, помогающей скрывать собственную позицию и тем самым уходить от ответственности за свои слова. Поэтому мы заменяем высказывание типа: «Большинство людей считает, что...» на такое: «Я считаю, что...»; «Некоторые из нас думают...» на «Я думаю...» и т. п. Отказываемся от безадресных суждений о других. Заменяем фразу типа: «Многие меня не поняли» на конкретную реплику: «Оля и Саня не поняли меня»;

4. Искренность в общении. Во время работы группы мы говорим только то, что чувствуем и думаем по поводу происходящего, т. е. только правду. Если нет желания говорить искренне и откровенно, то мы молчим. Это правило означает открытое выражение своих чувств по отношению к действиям других участников и к самому себе. Естественно, что никто не обижается на высказывания других членов группы. Мы испытываем только чувство признательности и благодарности за его искренность и откровенность;

5. Конфиденциальность всего происходящего в группе. Все, что происходит во время занятий, никогда, ни под каким предлогом не выносится за пределы группы. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека, о том, чем он поделился с нами во время занятия. Это помогает нам быть искренними, способствует нашему самораскрытию. Мы не боимся, что наши высказывания могут стать известны другим людям, помимо членов группы. Мы доверяем друг другу и группе в целом;

6. Определение сильных сторон личности. Во время занятий каждый из нас стремится подчеркнуть положительные качества человека, с которым мы вместе работали. Каждому члену группы – как минимум одно хорошее и доброе слово;

7. Недопустимость непосредственных оценок человека. При обсуждении происходящего в группе мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение. Мы не используем высказывания типа: «Ты мне не нравишься», а говорим: «Мне не нравится твоя манера общения». Мы никогда не скажем «Ты плохой человек», а просто подчеркнем: «Ты плохо поступил»;

8. Как можно больше контактов и общения с различными людьми. Разумеется, у каждого из нас есть определенные симпатии, кто-то нам нравится

больше, с кем-то более приятно общаться. Но во время занятий мы стремимся общаться со всеми членами группы и особенно с теми, кого меньше всего знаем;

9. Активное участие в происходящем. Это норма поведения, согласно которой мы все время, каждую минуту, активно участвуем в работе группы: внимательно смотрим и слушаем, прислушиваемся к себе, пытаемся почувствовать партнера и группу в целом. Мы не замыкаемся в себе, даже если узнали о себе что-то не очень приятное. Получив много положительных эмоций, мы не думаем исключительно о себе. В группе мы все время внимательны к другим, нам интересны другие люди;

10. Уважение к говорящему. Когда высказывается кто-либо из членов группы, мы его внимательно слушаем, даем человеку возможность сказать то, что он хочет. Мы помогаем говорящему, всем своим видом показывая, что мы слушаем его, что мы рады за него, что нам интересны его мнение, его внутренний мир. Мы не перебиваем человека и молчим до тех пор, пока он не закончит говорить. И лишь после этого мы задаем свои вопросы, благодарим его или спорим с ним.

Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе сотрудничества, взаимного уважения и предоставления свободы развития личности.

Гарантия прав участников программы осуществляется в соответствии:

- с «Конвенцией о правах ребенка»;
- «Положением о психологической службе»;
- «Этическим кодексом практического психолога».

Права участников программы.

1. Ведущий группы имеет право:

- свободно выбирать и использовать методы и приемы в соответствии с основной тематикой программы;
- вносить изменения в организационные и содержательные разделы программы.

2. Организатор (администрация ОУ, организующая процесс тренинговой работы) имеет право:

- вносить изменения в организационные вопросы, предварительно согласовав с участниками программы,
- обеспечить комфортные условия и оптимальный уровень обучения.

3. Участники тренинговой программы имеют право:

- добровольно участвовать в программе;
- на уважение человеческого достоинства;
- открыто выражать свое мнение;
- участвовать в групповых обсуждениях;
- вносить предложения по организации тренинга;
- отказаться от участия в программе.

### **Организация образовательного процесса**

Реализация программы предусматривает комплексные и регулярные

мероприятия по темам программы. Образовательный процесс проходит в виде лекционных, практических заданий, самостоятельно выполняемых обучающимися.

Отличительными особенностями данной программы является 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.

#### **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;
- психологическая диагностика.

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

- уровень эмоционального интеллекта: сформирован / не сформирован;
- навыки стрессоустойчивости: сформированы / не сформированы.

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

- 1) добровольное участие в тренинге;
- 2) в работе задействованы все участники группы;
- 3) оптимальное количество участников: 16 человек;
- 4) подготовка помещения для работы. Помещение должно быть просторным, с хорошим освещением;
- 5) строгое соблюдение правил тренинговой работы.

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.

#### **Описание и источники психодиагностического инструментария, используемого для оценки достижения планируемых результатов**

Качественные показатели оцениваются на основании внутреннего контроля реализации программы:

1. Итоговый контроль:
  - Тест эмоционального интеллекта Н. Холла.
  - Тест «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» Стиван Хобфолл (Адаптация методики выполнена Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старченковой)
2. Текущий контроль:
  - Тест «Ваши эмоции»
  - Рефлексия после каждого занятия

## **Система организации внутреннего контроля над реализацией программы**

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы осуществляется на основании положения о системе внутреннего мониторинга качества предоставления государственных услуг ГБУ «Психолого-педагогический центр» и в соответствии с годовым планом управления и административного контроля, которые включают в себя следующие мероприятия:

- проверка комплектации групп;
- проверка сохранности контингента;
- супервизорский анализ групповой работы;
- анализ качества предоставляемых услуг (анкетирование потребителей);
- анализ эффективности результатов реализации коррекционно-развивающих и профилактических программ.

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

#### *Количественные:*

- количество участников согласно нормам трудозатрат;
- сохранность контингента на начало и завершение тренинговой работы на 100 %.

#### *Качественные:*

- повышение доли участников (%), имеющих эмоциональный интеллект на уровне выше среднего;
- повышение доли (%) участников, владеющих навыками стрессоустойчивости;
- повышение доли участников (%) с развитым чувством эмпатии на уровне выше среднего.

**Сведения о практической апробации программы:** профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций» реализовывалась в период с сентября 2024 года по январь 2025 года на базе ГБПОУ СО «Тольяттинский политехнический колледж». Количество участников – 32 подростка в возрасте 14-18 лет.

Психолого-педагогической программе «Путеводитель в мир чувств и эмоций» **присуждено 3-е место** в номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме профилактическая психолого-педагогическая программа «Путеводитель в мир чувств и эмоций» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/9\\_11/materials/korotaeva/Preventive\\_Psychological\\_and\\_Pedagogical\\_Program.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/korotaeva/Preventive_Psychological_and_Pedagogical_Program.pdf)

## **Номинация «Программы коррекционно-развивающей работы»**

### **Психолого-педагогическая программа коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет**

Авторы-составители:

**Сергеева Т. Ю.**, педагог-психолог,

**Смолякова И. В.**, педагог-психолог, учитель-логопед,

структурное подразделение 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 Самарской области

Программа «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» является коррекционно-развивающей психолого-педагогической программой и ориентирована на детей с тяжелыми нарушениями речи, так как данная категория детей имеет особенности психического развития, которые требуют проведения коррекционно-развивающей работы. Программа «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» разработана и предлагается для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет и рассчитана на один год обучения.

Программа направлена на формирование у детей представлений о внутреннем мире чувств человека, умения осознавать свои чувства здесь и сейчас и выражать свои эмоции социально-приемлемым образом.

Программа разработана педагогом-психологом Сергеевой Татьяной Юрьевной, педагогом-психологом и учителем-логопедом Смоляковой Инной Викторовной и реализуется на базе 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 Самарской области. Руководитель: старший воспитатель Левачёва Вера Семёновна

**Актуальность программы** заключается в том, что программа представляет собой попытку комплексно раскрыть коррекционно-развивающую работу, направленную на формировании основ эмоционального интеллекта в части осознанности чувств и эмоций детей старшего дошкольного возраста, имеющих ТНР с учетом их психофизиологических особенностей.

Особая важность программы обусловлена тем, что у ребёнка с

тяжелым нарушением речи в эмоциональной сфере могут присутствовать грубые первичные изменения, которые способствует своеобразному психопатологическому формированию характера, новых отрицательных его качеств, резко осложняющих коррекцию основного нарушения. Такими симптомами нарушения в эмоциональной сфере для детей с ТНР являются двигательное беспокойство, повышенная возбудимость, раздражительность, неусидчивость. В отличие от дошкольника с нормой развития, ребёнок с ТНР может испытывать сложности в формировании как базовых, так и социальных чувств из-за сложности с коммуникацией.

### **Практическая значимость программы**

Информация о социальной действительности затрагивает не только ум, но и душу ребенка, оказывает огромное воздействие на его формирующуюся личность. Неверно и опасно полагаться на стихийное усвоение знаний об окружающей жизни. Многие ее стороны требуют объяснений, особенно те, что вызывают у ребенка живой интерес или усвоены в искаженной форме.

В последние годы часто можно услышать от специалистов, что наряду с общим развитием знаний и навыков, например, счета, чтения, у ребенка следует развивать эмоциональный интеллект. Помимо получения общеразвивающих знаний о современном мире и пребывания в нем, очень важным является распознавание своих и чужих эмоций. Овладевать этим становится все труднее, так как коммуникация в обществе часто сводится к общению через гаджеты, мессенджеры, социальные сети, где уловить эмоции другого человека все сложнее, тем более что родители детей часто не могут определить свои эмоции – их этому не учили, поэтому научить детей им нечему. Ситуация усугубляется тем, что выражать отрицательные эмоции долгое время в обществе считалось вообще неприемлемым, ставилась задача их подавлять, вместо конструктивного преобразования и учета в процессе коммуникации.

Несмотря на то, что вопросам анализа эмоционального состояния и эмоциям вообще в различных исследованиях уделяется много внимания, вопрос не теряет актуальности, так как его практическую сторону переоценить невозможно.

Обучение распознаванию своих эмоций, своих чувств и умения их преобразовывать в конструктивное взаимодействие с окружающими всех возрастов, необходимо начинать с дошкольного возраста, так как именно в раннем детстве закладываются все паттерны поведения. Дети постепенно заполняются теми же поведенческими навыками, которые видят вокруг, и если не учить их понимать своих чувств и эмоций, а также умению распознавать чувства и эмоции других детей и взрослых, то их действия будут лишь калькой поведенческих паттернов из семьи и ближайшего окружения, нередко лишенных осмысления и навыков конструктивного общения. Тем более что современный информационный мир, все больше закладывает неконструктивные способы взаимодействия, с учетом спонтанных эгоцентрических переживаний.

## **Новизна программы**

В процессе обучения по данной программе у детей старшего дошкольного возраста с ТНР происходит не только формирование понимания спектра чувств и эмоций, но и умения их принимать и разрешать себе чувствовать все чувства, которые наблюдаются в тот или иной момент времени. Отличительной особенностью восприятия любых чувств в программе является не деление чувств на плохие и хорошие, а умение принимать любые чувства, разрешать себе их чувствовать, а также выражать в мир социально-одобряемым образом. Занятия с логопедом помогают быстрее освоить словарь, научиться строить фразы, вступать в диалог, разговаривая о своих чувствах и эмоциях.

## **Целевая аудитория, ее социально-психологические особенности**

Целевой аудиторией программы являются дети старшего дошкольного возраста 5-6 лет с тяжелым нарушением речи. Период дошкольного детства наиболее благоприятен для того, чтобы заложить основы всех социально значимых во взрослой жизни аспектов. Понимание своих чувств и чувств других людей – одна из важнейших задач в жизни каждого человека, а также без этого невозможно выстроить гармоничные взаимоотношения в обществе. Часто не каждый взрослый может разобраться во всей гамме своих чувств, поэтому для детей с ТНР эта задача является еще более трудной. Дошкольники не всегда правильно понимают даже базовые чувства, тем более им сложнее осознать все разнообразие социальных чувств, которые возникают у них по ходу жизни, сложно рассказать о них вследствие несформированности словаря по данной теме, трудностей в построении фраз. Поэтому для них весьма важно научиться понимать и себя, и других и уметь об этом рассказать или расспросить других.

## **Описание психологических особенностей контингента потенциальных участников**

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет с тяжелыми нарушениями речи. Дети с ТНР – это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых первично не нарушен интеллект, сохранен слух, но есть значительные речевые дефекты, влияющие на становление психики. Тяжёлые нарушения речи обязательно находят своё отражение в психической деятельности человека, что проявляется в нарушении познавательной, эмоционально-волевой сферы личности, межличностных отношений.

Все эти аспекты должны быть отражены и в речевом развитии, в устной разговорной речи дошкольника, так как в этот период основное внимание уделяется стимулированию речевой активности обучающихся. Одной из важных задач обучения в этом возрасте является вербализация представлений об окружающем мире, о себе самом, о своих чувствах. Это закладывает основы эмоционального интеллекта, а также создает базу для формирования общения детей. Педагоги создают условия для развития

коммуникативной активности обучающихся с ТНР в быту, играх и на занятиях. Педагоги предлагают детям различные ситуации, позволяющие моделировать социальные отношения в игровой деятельности. Они создают условия для расширения словарного запаса через эмоциональный, бытовой, предметный, социальный и игровой опыт обучающихся. Дети не только учатся понимать себя, свои чувства, они учатся говорить об этом с другими людьми, учатся понимать чувства других людей. Закладывается основа для зрелой коммуникации, которая потребуется ребенку в школьном возрасте и во взрослой жизни.

Нарушение речи отрицательно сказывается на формировании личности ребенка, вызывают специфические особенности его эмоционально-волевой сферы.

У детей с ринолалией нарушение речи способствует развитию таких качеств личности, как застенчивость, нерешительность, замкнутость, негативизм, уход от общения, чувство неполноценности. Для них очень важно понимать свои чувства и не заикливаться на них, умение обнаруживать у себя и проживать свою грусть и тревогу, уметь рассказать об этом взрослым и просить о помощи, если она требуется.

У детей с дизартрией эмоционально-волевые нарушения проявляются в виде повышенной эмоциональной возбудимости и истощаемости нервной системы. Одни склонны к раздражительности, двигательно беспокойны, часто проявляют грубость, непослушание, другие заторможены, пугливы, избегают трудностей, плохо приспосабливаются к изменению обстановки. Для этих детей требуется навык распознавания злости как чувства, умения справиться с ним, не причиняя вреда окружению. Или работа с чувством страха, а также идентификации его, трансформации во что-то позитивное и преодоление его, чтобы это не мешало выстраивать общение со сверстниками и взрослыми.

Большинство детей с ТНР характеризуются малой инициативностью, зависимостью от окружающих, у некоторых недостаточно развито чувство дистанции. Характерологические и патохарактерологические реакции носят характер протеста, отказа. Неуверенные в себе, обидчивые, они часто плохо уживаются в кругу нормально говорящих сверстников, замыкаются в себе. Поэтому работа с пониманием своих чувств для них необходима, без этого дети будут страдать от низкой самооценки и отстранятся от общения, другие, наоборот, будут слишком навязчивы в общении, что также его затруднит.

Дети с моторной алалией весьма разнородны по особенностям эмоционально-волевой сферы. Чаще всего для них типичны повышенная тормозимость, снижение активности, неуверенность в себе, речевой негативизм. Менее малочисленной является группа детей, которым свойственна повышенная возбудимость. У них отмечают гиперактивность (не всегда продуктивная), суетливость, лабильность настроения, отсутствие переживания своего языкового расстройства.

В связи с этим формирование у ребенка с ТНР навыков понимания собственных чувств, умения их проявить вовне грамотно и эффективно, а также проявления эмпатии к чувствам других людей – весьма важные и актуальные задачи, которые должна решать коррекционно-развивающая работа в детском саду.

К 5-летнему возрасту ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Ребенок уже способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты; умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам; способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

К 5-ти годам ребенок начинает проявлять эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается; проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими. Ребенок в этом возрасте достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения.

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, эмоционально отзывается на красоту окружающего мира. Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

Достижения этого 5-6-летнего возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются

умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ «Я».

### **Типы трудностей и проблем, на решение которых направлена программа**

Как уже было сказано выше, дети с ТНР имеют ряд психопатологических особенностей характера и отрицательных качеств, резко осложняющих процесс понимания своих чувств и чувств окружающих людей, а также осложняет выстраивание гармоничной коммуникации. Нарушения эмоциональной сферы детей с ТНР, такие как повышенная возбудимость, раздражительность, неусидчивость, не позволяют часто осознать свои чувства, понять их, правильно понять другого человека. Данная коррекционно-развивающая программа дает дошкольнику комплексное представление о мире чувств человека, дает основы навыков понимания собственных чувств, умения их проявить вовне, а также проявлять эмпатию к чувствам других людей с целью гармоничной коммуникации.

Детям сложно рассказать о чувствах и эмоциях, вследствие несформированности словаря по данной теме, у них имеются трудности в построении фраз. Поэтому для них весьма важно научиться не только понимать и себя, и других, но и уметь об этом рассказать или расспросить других.

Работа строится с опорой на ведущую деятельность дошкольника – игровую, которая рассматривается как универсальное средство оптимизации психического развития в дошкольном возрасте. Развивает представление дошкольников о мире внутренних чувств и внешних эмоций человека, которые помогают понимать себя и других людей, а также выстраивать общение с учетом этого.

### **Нормативно-правовая обоснованность программы**

Программа «Мой мир чувств и эмоций» разработана в соответствии с федеральными, региональными и локальными нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Зарегистрировано в Минюсте России 27.01.2023 № 72149);
- Приказ Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении

санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Распоряжение Минпросвещения России от 06.08.2020 № Р-75 (ред. от 06.04.2021) «Об утверждении примерного Положения об оказании логопедической помощи в организациях, осуществляющих образовательную деятельность»;

- Приказ Минтруда России от 24.07.2015 № 514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», «Учитель-логопед»;

- Образовательной адаптированной программой СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ № 2 пгт. Усть-Кинельский г.о. Кинель Самарской области для детей с тяжёлыми нарушениями речи;

- Устав СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ № 2 пгт. Усть-Кинельский г.о. Кинель Самарской области.

### **Цели и задачи программы**

Цель программы – сформировать у детей старшего дошкольного возраста основы эмоционального интеллекта и коммуникативных возможностей в части представлений о чувствах человека.

Решение данной цели основано на создании условий для ролевых и межличностных отношений всех участников образовательного процесса.

В процессе работы по достижению цели решаются следующие задачи для обучающихся 5-6 лет с ТНР:

- 1) умение осознавать свои чувства и говорить о них вслух,
- 2) умение распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонацию,
- 3) умение принимать свои чувства и чувства других людей,
- 4) формирование навыка снятия психоэмоционального напряжения через умение проживать свои чувства,
- 5) развитие навыков саморегуляции и формирования способности управлять своим эмоциональным состоянием на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития с ТНР,
- 6) обеспечение развития личностных нравственных качеств на основе понимания и принятия своих чувств и чувств других людей,
- 7) формировать умение осуществлять эффективную коммуникацию, находясь в разных эмоциональных состояниях.

### **Задачи для родителей и педагогов обучающихся 5-6 лет с ТНР:**

- 1) формирование компетенций педагогов в умении осуществлять развитие эмоционального интеллекта дошкольников;
- 2) формирование умения осознанно понимать собственные чувства и эмоции, чувства и эмоции ребёнка, уметь осознанно управлять ими;
- 3) развитие понимания, каким событием вызваны эмоции и на решение каких проблем может быть направлено возникшее чувство.

**Участники программы:** воспитанники старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ТНР), находящиеся на инклюзивном обучении.

Для реализации поставленных задач подобрано соответствующее содержание занятий – 24 занятия проводит педагог-психолог. Содержание этих занятий направлено на развитие эмоционального интеллекта. Шесть занятий проводит учитель-логопед, развивая коммуникативные способности детей с речевыми нарушениями.

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

Данную программу можно рассматривать как психолого-педагогическую программу коррекционно-развивающей работы, рассчитанной на 1 учебный год. Программа реализуется в рамках коррекционно-развивающей работы с детьми старшей группы детского сада с периодичностью 1 раз в неделю, для большей эффективности реализации программы после изучения каждого базового чувства проводятся коррекционные занятия учителя-логопеда. Программа имеет четкую последовательность проведения.

1 этап — Подготовительный — реализуется с первой по вторую недели сентября. На этом этапе проводится входная психодиагностика уровня развития эмоциональной сферы дошкольников в части идентификации чувств. Для диагностики используется методика уровня эмоционального развития, разработанная Е.И. Изотовой: «Эмоциональная идентификация» и «Эмоциональная пиктограмма».

По итогам диагностики формируются подгруппы детей по уровню эмоционального интеллекта с более высоким входным и более низким уровнем развития эмоционального интеллекта в части идентификации чувств. Также проводится консультация для родителей (законных представителей) на тему: «Влияние уровня эмоционально интеллекта на успешность ребенка в современном мире».

2 этап — Основной (коррекционно-развивающий) — реализуется с третьей недели сентября по апрель. Состоит из 24 занятий на развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников, которые проводит педагог-психолог, и 6 занятий учителя-логопеда по психолого-педагогической программе коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций». Для родителей (законных представителей) разработана памятка, а также буклет «Калейдоскоп эмоций».

Программа имеет четкую логическую последовательность из нескольких разделов:

- 1 раздел – знакомство с миром чувств,
- 2 раздел – базовые чувства,
- 3 раздел – социальные чувства,
- 4 раздел – чувства в теле человека,

— 5 раздел – итоговое путешествие в мир чувств.

Начало ознакомления с миром чувств и эмоций происходит в виде квест-игры «Знакомство с миром чувств и эмоций», которое проходит в игровой форме как путешествие в страну «Чувств» вместе Красной Шапочкой. Занятие рассчитано на 2 академических часа. На третьем занятии осуществляется знакомство с невербальными средствами коммуникации, такими как мимика и пантомимика.

Для ознакомления с миром базовых чувств отводится по 3 занятия на каждое базовое чувство (2 занятия педагогом-психологом и 1 занятие с учителем-логопедом). Первое занятие посвящается обучению распознавания чувства и рефлексии своего состояния в данном чувстве, а также выявления причин появления этого чувства. Второе занятие, как правило, посвящается пониманию важности каждого чувства в жизни, а затем выявлению и обучению детей, испытывающих конкретное чувство, способам взаимодействия с окружающим миром. Третье занятие проводит учитель-логопед, где происходит обучение детей использованию диалогической речи. Дети учатся задавать вопросы и отвечать на вопросы, выражать свои чувства в фразах, происходит уточнение активного и пассивного словаря по теме.

Третий раздел программы посвящен изучению социальных чувств, на них отводится 4 занятия, основная логика изучения этих чувств такая же, как и базовых чувств.

Четвертый раздел из 2 занятий посвящен осмыслению проживания чувств в теле человека, изменению физического состояния человека в том или ином чувстве.

Пятый раздел состоит из трех итоговых занятий в виде квест-игры «Веселое путешествие в мир чувств и эмоций», основными задачами которого являются проведение итоговой диагностики знаний детей о чувствах, эмоциях, понимания их важности в жизни, а также оценки полученных навыков адекватного проявления чувств в социуме.

Каждое занятие имеет физкультминутку, которая приходится на середину занятия. В конце каждого занятия проводится релаксация, которая позволяет научиться переключаться с эмоционально заряженных ситуаций тем или иным чувством на состоянии спокойствия и физического расслабления. В завершении каждого занятия проводится рефлексия изученного на занятии материала, подводятся итоги занятия. А также каждое занятие педагог получает обратную связь от детей в игровой форме (в виде ромашки с желтыми и красными лепестками), что позволяет понять, насколько интересным было занятие, а также было ли детям просто или сложно осваивать материал темы.

3 этап — Заключительный — реализуется в мае.

На данном этапе проводится итоговая психодиагностика детей, участвующих в реализации программы. Для диагностики используется все та же методика уровня эмоционального развития, разработанная Е.И. Изотовой:

«Эмоциональная идентификация» и «Эмоциональная пиктограмма». Затем осуществляется сравнение входных и итоговых показателей уровня развития эмоционального интеллекта в части идентификации чувств и умения их изобразить в виде пиктограммы. Результаты реализации программы выносятся на педагогический совет и итоговое родительское собрание, где заслушивается отчет об изменении уровня эмоционального развития детей, прошедших обучение по психолого-педагогической программе коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций».

### **Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав её участников**

Гарантии прав участников программы обеспечиваются и определяются Конвенцией о правах ребенка, Конституцией Российской Федерации и иных нормативно-правовых документов, регламентирующих работу в образовательном учреждении.

Способы обеспечения гарантии прав участников программы:

1. Участники программы (педагоги, родители) должны быть извещены о цели работы, о применяемых методах и способах использования полученной информации.

2. Работа с детьми начинается только после того, как родители (законные представители) дали согласие на участие в ней.

3. Психолог информирует родителей (или законных представителей детей) о результатах реализации программы, а также доводит до их сведения любую интересующую их информацию, выявленную в ходе занятий и касающуюся их ребенка.

4. Перед проведением занятий участники знакомятся с основными правилами работы в группе, основанными на принципах: взаимоуважения, добровольности, конфиденциальности и др.

5. Педагог, реализующий программу, руководствуется «Этическим кодексом психолога» и исходит из уважения личного достоинства, прав и свобод человека, провозглашенных и гарантированных Конституцией Российской Федерации и международными документами о правах человека.

### **Требования к специалистам**

Педагог-психолог, осуществляющий реализацию программы, должен:

- иметь высшее психологическое образование (переподготовку);
- знать и уметь применять технологии развития эмоционального интеллекта;
- уметь организовывать взаимодействие со всеми участниками образовательного процесса.

Учитель-логопед, осуществляющий реализацию программы, должен:

- иметь высшее образование в области дефектологии;
- знать и уметь применять технологии развития коммуникативной сферы обучающихся с ТНР;

— уметь организовывать взаимодействие со всеми участниками образовательного процесса.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Для диагностики уровня эмоционального интеллекта старших дошкольников применяется методика «Эмоциональная идентификация» Е.И. Изотовой.

У воспитанников будет сформировано:

— высокий уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 60 % воспитанников;

— средний уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 40 % воспитанников;

— или суммарное значение высокого и среднего уровня идентификации сформирован у более 90 % воспитанников.

Для диагностики уровня эмоционального развития старших дошкольников применяется методика «Эмоциональная пиктограмма» Е.И. Изотовой.

— высокий уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 50 % воспитанников;

— средний уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 50 % воспитанников;

— или суммарное значение высокого и среднего уровня идентификации сформирован у более 90 % воспитанников.

### **Система организации внутреннего контроля обеспечивает эффективную организацию деятельности по программе**

Администрация детского сада совместно с педагогом-психологом и учителем-логопедом проводят мероприятия внутреннего контроля.

1. Организация плановых проверок текущей документации специалистов, ведущих программу, качества проведения занятий, соответствия конспектов занятий содержанию программы, посещаемость занятий обучающимися.

2. Контролирует качество методических материалов, текстов выступлений, статей, материалов для размещения в социальных сетях.

3. Проводит контроль соответствия планируемых результатов реальным достижениям, мониторинг удовлетворённости родителей услугами специалистов, условиями проведения занятий по программе, материально-техническим обеспечением деятельности.

4. Организует проведение открытых занятий, выступлений специалистов перед родительской аудиторией и педагогическим сообществом в детском саду и на уровне округа и области.

### **Сведения о практической апробации программы на базе СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ № 2 пгт. Усть-Кинельский**

Апробация психолого-педагогической программы коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта

«Мой мир чувств и эмоций» для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ № 2 пгт. Усть-Кинельский, г.о. Кинель Самарской области осуществлялась в течение 3 лет: 2021-2022 г., 2022-2023 г., 2023-2024 г.

Психолого-педагогической программе коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» **присуждено 2-е место** в номинации «Программы коррекционно-развивающей работы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме психолого-педагогическая программа коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Sergeeva T. Yu., Smolyakova I. V. My world of feelings and emotions.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Sergeeva_T._Yu.,_Smolyakova_I._V._My_world_of_feelings_and_emotions.pdf)

## **Номинация** **«Развивающие психолого-педагогические программы»**

### **Развивающая психолого-педагогическая программа** **«Как стать супергероем? Сила эмоций»**

Автор-составитель:

**Верясова О. А.**, педагог-психолог,

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

Проблема, на решение которой направлена программа, заключается в том, что дети младшего школьного возраста, находясь на ключевом этапе развития личности, когда активно формируются навыки общения, сотрудничества и саморегуляции, сталкиваются с рядом трудностей. Кроме того этот процесс осложнен рядом тенденций. Во-первых, увеличивается количество конфликтных ситуаций в образовательной среде. Это свидетельствует о необходимости формирования у детей навыков конструктивного общения, управления эмоциями и предотвращения конфликтов.

Во-вторых, повышенные учебные нагрузки требуют от детей развитых навыков эмоциональной саморегуляции. Умение справляться с неудачами, контролировать импульсивность и сохранять мотивацию становится важным условием успешного обучения и психологического благополучия младших школьников.

В-третьих, стремительное развитие цифровых технологий и социальных сетей сокращает живое общение, что приводит к снижению навыков эмпатии, способности выстраивать доверительные отношения и взаимодействовать с окружающими в реальном времени. В школьной среде это проявляется в трудностях командной работы, частых конфликтах и неумении договариваться.

В условиях современных социальных и образовательных реалий все чаще отмечается эмоциональная неустойчивость у детей: трудности в преодолении неудач, повышенная чувствительность к критике, страх перед ошибками.

Для решения данной проблемы была разработана развивающая психолого-педагогическая программа «Как стать супергероем? Сила эмоций». Предлагаемая программа направлена на создание условий для формирования социально-эмоциональной компетентности младших школьников, что позволит детям лучше понимать себя и окружающих, эффективнее адаптироваться к учебному процессу, снижать уровень тревожности, повышать эмоциональную устойчивость и выстраивать

гармоничные отношения в коллективе. Программа предлагает подход, сочетающий развитие социальных и эмоциональных способностей с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка.

### **Информация о разработчиках**

Программа разработана Верясовой Ольгой Александровной, педагогом-психологом ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр» высшей квалификационной категории.

Программа реализуется на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Школа № 86 имени Ю. А. Гагарина». Адрес: Россия, Самарская обл., г. о. Тольятти, улица 40 лет Победы, 44. Сайт <http://school86.tgl.net.ru/>. Директор: Юрченко Клавдия Сергеевна, заслуженный учитель Российской Федерации, Почетный работник общего образования РФ, руководитель Высшей квалификационной категории, менеджер образования высшей категории.

**Участники программы:** обучающиеся (2, 3 класс) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Школа № 86 имени Ю. А. Гагарина».

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

Современные образовательные стандарты подчеркивают важность всестороннего развития личности, включая эмоционально-социальные навыки, которые играют решающую роль в успешной социализации ребенка. При этом традиционная система обучения не всегда уделяет достаточно внимания развитию этих компетенций. Практическая актуальность программы состоит в том, что период обучения в начальной школе – ключевой этап эмоционального и социального развития ребенка. Именно в это время дети начинают осознавать и регулировать свои эмоции, устанавливать отношения со сверстниками, развивать эмпатию и формировать навыки саморегуляции. Понимание эмоциональных состояний в этот момент играет решающую роль в развитии более сложных когнитивных и социальных представлений.

**Новизна программы** заключается в использовании оригинальных методов и подходов для развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста:

1. Использование образов вдохновляющих персонажей (супергероев) – метод, который делает изучение эмоций более увлекательным и доступным. Вдохновляющие персонажи помогают детям легче идентифицировать, понимать и управлять своими эмоциями, вовлекая их в обучение через игровую деятельность. Благодаря своим суперспособностям и историям, связанным с эмоциональными вызовами, они могут служить метафорическими аллегориями для сложных эмоций и ситуаций, помогая развивать у детей навыки эмоциональной гибкости, эмпатии и эффективного общения. Эта уникальная возможность объединить развлечение и обучение предлагает детям и взрослым интересный способ изучения эмоционального

интеллекта, рассматривая его как своего рода «суперсилу». Каждая эмоция становится особой формой энергии, которую мы можем использовать, а разнообразие эмоций предоставляет шанс развивать различные аспекты своего эмоционального интеллекта.

2. Представление эмоций через метафоры, связанные с ощущениями – эмоции объясняются через ассоциации с сенсорными восприятиями (зрительными, слуховыми, тактильными, вкусовыми, обонятельными), что делает обучение более наглядным, понятным и приближенным к реальному опыту детей.

3. Самостоятельное отслеживание прогресса – использование маршрутных листов и визуальных отметок достижений мотивирует детей к осознанному освоению материала и формирует у них чувство ответственности за свое эмоциональное развитие. При успешном прохождении каждого раздела учащиеся получают наклейку, подтверждающую достижения. Это создает ощущение видимого развития и позволяет учащимся осознавать свой прогресс и освоенные навыки.

Таким образом, программа «Как стать супергероем? Сила эмоций» способствует развитию у детей эмоционального интеллекта и социальных навыков. Использование игровых и метафорических методик делает обучение увлекательным и эффективным, обеспечивая его высокую мотивационную ценность.

### **Целевая аудитория, ее социально-психологические особенности**

Категория участников: учащиеся 2-4 классов (8–10 лет).

**Типы трудностей и проблем, на решение которых направлена программа.** На основании анализа результатов групповой и индивидуальной диагностики, проводимой согласно плану педагога-психолога и по запросу участников образовательного процесса (администрации, педагогов или родителей), информации, получаемой от педагогов, родителей (законных представителей) в ходе родительских собраний, групповых и индивидуальных консультаций, наблюдений за поведением детей, а также анализа их взаимодействия в учебной и социальной среде, можно выделить проблемные зоны, характерные для обучающихся младшего школьного возраста (2–4 классы) в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Школа № 86 имени Ю. А. Гагарина».

#### **1. Трудности в эмоциональной сфере:**

— недостаточное развитие навыков распознавания и выражения собственных эмоций: дети часто не могут точно определить, что они чувствуют, или выразить свои переживания словами;

— нестабильность эмоционального состояния: повышенная тревожность, вспыльчивость или склонность к замкнутости, что может проявляться в резких эмоциональных реакциях на незначительные события;

— сложности в управлении эмоциями: обучающиеся могут испытывать трудности в контроле своих реакций, что приводит к конфликтам.

## **2. Проблемы в общении и социализации:**

— трудности в установлении и поддержании дружеских отношений со сверстниками: обучающиеся испытывают сложности в налаживании контактов, что может приводить к чувству одиночества или изоляции;

— неумение конструктивно разрешать конфликты, договариваться или находить компромиссы, это часто становится причиной ссор и недопонимания в коллективе;

— зависимость от мнения окружающих, болезненная реакция на критику или неудачи, некоторые дети могут быть чрезмерно чувствительными к оценкам, что негативно влияет на их самооценку и уверенность в себе.

## **3. Сложности в саморегуляции:**

— импульсивность, низкая способность контролировать свои действия и поведение в стрессовых ситуациях, проявляются в необдуманных поступках или не достаточно адекватных ситуации реакциях;

— трудности в концентрации внимания и удержании его на задачах, что отражается на их успеваемости и продуктивности;

— неумение справляться со стрессом или адаптироваться к новым условиям выражаются в повышенной тревожности, избегающем поведении или трудностях в переходе к новым видам деятельности.

## **4. Недостаточное развитие эмпатии и понимания эмоций других:**

— школьники не всегда способны распознавать и учитывать эмоции окружающих, что может приводить к непониманию, конфликтам или отсутствию поддержки в коллективе;

— трудности в ходе оказания эмоциональной поддержки или проявлении сочувствия, они не всегда знают, как реагировать на переживания других, что ограничивает их способность к построению гармоничных отношений.

Эти проблемные зоны становятся заметными в различных аспектах жизни детей: в учебной деятельности, во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, а также в их эмоциональном состоянии. Программа «Как стать супергероем? Сила эмоций» направлена на решение этих трудностей.

**Нормативно-правовые основания программы.** Развивающая психолого-педагогическая программа «Как стать супергероем? Сила эмоций» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

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

2. Конвенция ООН «О правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989; вступила в силу для СССР 15.09.1990).

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

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

5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196.

### **Цель и задачи программы**

Цель – развитие эмоциональной и социальной компетентности младших школьников.

Реализация программы включает в себя несколько задач:

- 1) развивать навыки выражения и распознавания различных эмоций, как у себя, так и у других;
- 2) расширять эмоциональный словарь обучающихся;
- 3) создать условия для понимания связи между эмоциями и поведением, а также причин возникновения эмоций;
- 4) способствовать развитию эмпатии, понимания других людей и навыков оказания эмоциональной поддержки;
- 5) познакомить детей с эффективными стратегиями поведения в сложных коммуникативных ситуациях и развивать их коммуникативных навыков;
- 6) способствовать осознанию собственных личностных особенностей, развитие творческого потенциала;
- 7) способствовать развитию умений, навыков саморегуляции на основе понимания собственных свойств и состояний;
- 8) познакомить с приемами самопрезентации, самоконтроля, планирования деятельности;
- 9) способствовать развитию эмоциональной устойчивости у обучающихся;
- 10) создание условий всестороннего развития личности.

**Сроки реализации программы:** программа проводится в период с сентября по май. Общий объем часов: 32 академических часа. Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность одного занятия 40 минут.

### **Ключевые составляющие программы**

Программа состоит из двух разделов (структура программы):

Вводная часть (раздел 1) «Подготовка к погружению в мир эмоций». Основная работа в данной части программы заключается в знакомстве и представлении учащихся, направлена на формирование благоприятной обстановки для совместной деятельности и установления правил взаимодействия.

Основная часть (раздел 2) «Погружение в мир эмоций» включает развитие навыков идентификации, выражения и понимания эмоций. Развитие восприятия и понимания эмоций в контексте ситуации, прогнозирование эмоциональных реакций, индивидуальные особенности в переживании и выражении эмоций и их силу. Развитие навыков саморегуляции и осознания необходимости управления своими эмоциями, применение базовых приемов

саморегуляции. Развитие коммуникативной компетентности, включая умение слушать, понимать других, работать в команде, решать конфликты, оказывать поддержку и просить о помощи. Особое внимание уделяется изучению возможности влиять на эмоциональное состояние других через предоставление эмоциональной поддержки.

### **Структура занятий**

1. «Эмоциональный старт» (начальная часть). 3-5 минут. На начальном этапе урока предусмотрено время для приветствия и обмена информацией об эмоциональном состоянии участников. Это способствует созданию положительной обстановки и установлению связи между детьми, способствует развитию коммуникативных навыков и эмпатии, поскольку дети делятся своими мыслями и чувствами, а также внимательно слушают друг друга.

2. «Эмоциональная подготовка: разминка перед занятием». 5-10 минут. Затем проводится разминка, направленная на подготовку к основной части урока, актуализирует основную тему занятия и активизирует эмоциональную сферу, что способствует более эффективному усвоению материала и настройке на работу в группе.

3. «Эмоциональная академия: без знаний нет подвигов». 5-10 минут. В основной части урока детям представляется теоретический материал о различных аспектах эмоционального интеллекта. Этот материал может быть представлен в форме презентации, рассказа или истории, иллюстрирующих основные концепции и принципы.

4. «Эмоциональная тренировка: применение эмоциональных суперсил». 5-10 минут. После представления теоретического материала проводятся практические упражнения и игры, направленные на применение и закрепление усвоенных знаний в реальной жизни. Это могут быть ролевые игры, коммуникативные упражнения, задачи по сотрудничеству или разрешению конфликтов. Цель таких активностей – практическое использование новых навыков и развитие уверенности в их применении.

5. «Эмоциональный финал: обмен впечатлениями и чувствами». 3-5 минут. На завершающем этапе проводится обсуждение, где участники могут поделиться своими впечатлениями от занятия и задать вопросы. Это также время для обратной связи и подведения итогов занятия.

### **Принципы реализации программы.**

Реализация программы осуществляется на основе следующих принципов:

1. Принцип ценности личности – признание и уважение индивидуальности каждого ребенка, создание условий для раскрытия его потенциала.

2. Принцип уникальности личности – учет индивидуальных особенностей, темпа развития, эмоциональной чувствительности и познавательных стратегий каждого ребенка.

3. Принцип приоритета личностного развития – обучение рассматривается не как самоцель, а как средство всестороннего развития личности ребенка, формирования его эмоционального интеллекта и социальной компетентности.

4. Принцип эмоционально-ценностных ориентаций – включение эмоций и ценностных ориентиров в образовательный процесс, формирование у ребенка осознания своих эмоций и эмоционального состояния окружающих.

5. Принцип психологической безопасности – создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях, исключение ситуаций эмоционального давления, стресса или принуждения.

6. Принцип активного участия – вовлечение детей в процесс обучения через игровые формы, ролевые упражнения, обсуждения, рефлексию, что способствует лучшему усвоению знаний и формированию устойчивых навыков.

7. Принцип практической направленности – акцент на формирование реальных жизненных навыков, позволяющих детям осознанно управлять своими эмоциями и поведением.

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

1. Игровые технологии направлены на активизацию психологических процессов, развитие творческого мышления и применение знаний в новых ситуациях. Они включают моделирование реальных ситуаций, что способствует развитию навыков взаимодействия, эмпатии и умения работать в команде.

2. Коммуникативно-диалоговые технологии фокусируются на развитии навыков ведения диалога, анализа и критической оценки информации. Они помогают улучшить умение слушать, понимать других и эффективно выражать свои мысли.

3. Арт-технологии раскрывают творческий потенциал личности и способствуют гармонизации психического состояния через самовыражение. Они включают различные формы искусства, такие как рисование, лепка и танцы, что помогает снять эмоциональное напряжение и развить креативность.

4. Рефлексивные технологии способствуют развитию навыков самоанализа и рефлексии. Они помогают осознать свои сильные и слабые стороны, а также понять, как применять полученные знания на практике.

5. Тренинговые методы основаны на моделировании жизненного опыта через межличностное взаимодействие. Они включают игры, дискуссии и групповые задания, что способствует осмыслению сложных ситуаций и развитию социальных навыков.

6. Мини-лекции используются для преподнесения теоретического материала в доступной и краткой форме, что позволяет быстро усвоить ключевые понятия и идеи.

7. Интеллектуальные задания направлены на развитие логического мышления, памяти и внимания через решение задач, головоломок и кейсов. Они стимулируют умственную активность и помогают закрепить полученные знания.

8. Метафорическое моделирование основано на использовании образов и историй персонажей для объяснения сложных эмоциональных состояний и ситуаций. Развивает эмоциональную гибкость и эмпатию, способствует формированию позитивного отношения к обучению.

9. Метод сенсорной интеграции основан на объяснении концепции эмоций через ассоциации с сенсорными восприятиями (зрительными, слуховыми, тактильными, вкусовыми, обонятельными), что делает обучение более наглядным и понятным, так как опирается на реальный опыт обучающихся.

10. Метод визуальных маркеров предполагает использование маршрутных листов, визуальных отметок и других инструментов для отслеживания достижений. Это помогает детям видеть свои успехи, что мотивирует их к дальнейшему обучению и формирует навыки саморегуляции.

11. Дискуссионные методы способствуют развитию критического мышления, умения аргументировать свою точку зрения и отстаивать её в процессе обсуждения. Они формируют навыки конструктивного диалога, уважения к мнению других и поиска компромиссов. В совокупности эти методы и технологии создают комплексный подход к обучению и развитию, охватывая как интеллектуальные, так и эмоциональные аспекты личности.

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

Все права и гарантии участников программы обеспечиваются в соответствии с частью 1 статьи 42 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года.

Программа может реализовываться педагогами-психологами образовательных организаций, а также специалистами Регионального социопсихологического центра в рамках следующих направлений деятельности: развитие, профилактика и психолого-педагогическое сопровождение.

В соответствии с частью 3 статьи 42 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, родители (законные представители) обучающихся предоставляют письменное согласие на оказание психолого-педагогической и социальной помощи. Это необходимо для обеспечения эффективного сопровождения обучающихся на каждом этапе их возрастного развития.

### **Основные права и обязанности участников программы:**

1. Специалисты (педагоги-психологи, специалисты центра):
  - организуют и проводят занятия в соответствии с программой;
  - обеспечивают психологически безопасную и комфортную среду для участников;
  - соблюдают конфиденциальность информации, полученной в ходе работы;

- проводят мониторинг динамики развития участников программы;
- предоставляют обратную связь родителям и педагогам (по запросу).

## 2. Образовательное учреждение:

- предоставляет необходимые условия для реализации программы (помещение, оборудование, время);
- содействует взаимодействию специалистов с родителями и педагогами;
- обеспечивает соблюдение прав участников программы.

## 3. Родители (законные представители):

- дают информированное согласие на участие ребенка в программе;
- поддерживают ребенка в процессе участия в программе;
- соблюдают рекомендации специалистов по взаимодействию с ребенком.

## 4. Обучающиеся (участники программы):

- участвуют в программе на добровольной основе;
- соблюдают правила поведения и взаимодействия в группе.

### **Ожидаемые результаты программы**

#### Промежуточные результаты:

- знакомство с правилами работы группы, осознание личных мотивов работы;
- анализ и осознание своих личностных особенностей, достоинств;
- эффективное распознавание и понимание своих и чужих эмоций;
- расширение эмоционального словаря для точного описания чувств и переживаний;
- развитие навыков саморегуляции, позволяющих эффективно управлять своими эмоциональными состояниями и адаптироваться к переменам;
- способность выражать эмоции в конструктивной форме, используя разнообразные способы;
- развитие эмпатии и готовности оказывать поддержку сверстникам в эмоционально сложных ситуациях;
- развитие творческого потенциала;
- овладение приемами самоанализа, самоконтроля, рефлексии, планирования деятельности.

#### Итоговые результаты:

- эмоциональная компетентность – способность понимать и эффективно управлять своими эмоциями;
- развитые коммуникативные навыки – успешное применение эффективных коммуникативных стратегий в различных ситуациях;
- социальная приспособленность – психологическая гибкость и демонстрация адекватного поведения в различных ситуациях;
- уважение к разнообразию эмоциональных проявлений – уважение и принятие различий в эмоциональных выражениях, развитие толерантности;
- способность и готовность к конструктивному взаимодействию.

## **Описание и источники психодиагностического инструментария**

1. Методика «Эмоциональные лица» Н. Я. Семаго направлена на оценку способности ребенка распознавать и дифференцировать эмоциональные состояния по мимике.

Источник: Семаго Н. Я., Семаго М. М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.

2. Методика «Что-Почему-Как» (М. А. Нгуен) позволяет оценить способность ребенка понимать причины эмоций, сопереживать и проявлять заботу в различных ситуациях.

Источник: Нгуен М. А. Диагностика эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста. — Москва : Издательство Московского психолого-педагогического университета, 2010.

3. Опросник «Характер проявления эмпатических реакций и поведения у детей» (А. М. Щетинина) предназначен для оценки уровня эмпатии у детей, их способности к сопереживанию и проявлению эмоциональной поддержки.

Источник: Щетинина А. М. Диагностика социального развития ребенка. — Великий Новгород : НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2000.

4. Метод наблюдения предполагает систематическое и целенаправленное фиксирование поведения, эмоциональных реакций и взаимодействий ребенка в естественных условиях (например, в классе, на перемене, во время групповых занятий). Наблюдение позволяет оценить такие аспекты, как: эмоциональные проявления (радость, гнев, тревога и др.), социальные навыки (умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми), поведенческие реакции в различных ситуациях (конфликтных, стрессовых, новых), уровень активности, вовлеченности и мотивации.

Источник: Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике. – Санкт-Петербург: Питер, 2006.

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

Контроль за ходом реализации программы осуществляется с использованием объективных методик. Диагностика проводится дважды: до начала программы для оценки исходного уровня навыков и после её завершения для анализа достигнутых результатов.

### **Критерии эффективности**

Критерии эффективности программы фиксируются в процессе мониторинга и наблюдения. В качестве основы для измерения эффективности программы взят перечень, предложенный Д. Киркпатриком (1959). Он включает в себя четыре группы критериев:

1. Реакции – измерение впечатлений участников занятий. Это рефлексия состояния (например, через рисунки или устные высказывания). В качестве ожидаемых реакций на проведенные занятия можно предположить: увеличение активности и вовлеченности в процесс, улучшение настроения и эмоционального состояния.

2. Научение – измерение объема усвоенного материала. В рамках программы дети получают новую информацию об эмоциях, способах их выражения и управления, а также о взаимодействии с окружающими. Ожидается, что у участников сформируются следующие компетенции: понимание своих и чужих эмоций, навыки эффективного общения и разрешения конфликтов, умение применять изученные стратегии в повседневной жизни.

3. Поведенческий – воплощение в деятельности того, что изучалось и отрабатывалось на занятиях. Эффективность программы можно оценить по изменениям в поведении детей: улучшению навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми, снижению конфликтности и повышению готовности к сотрудничеству, применению изученных приемов саморегуляции в стрессовых ситуациях. Эти изменения фиксируются через наблюдение, обратную связь от педагогов и родителей, а также через анализ конкретных ситуаций.

4. Результаты – долгосрочные эффекты программы. Ожидается, что программа будет способствовать: формированию устойчивой адекватной самооценки, развитию эмоциональной устойчивости и стрессоустойчивости, укреплению моральных ценностей и толерантности к эмоциональным проявлениям других.

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

Программа проходит апробацию на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Школа № 86 имени Ю. А. Гагарина» с 2021-2022 учебного года по настоящее время. В 2021-2022 учебном году программа была проведена в двух группах со следующей численностью: 1-я группа – 14 человек (учащиеся 3Б класса), 2-я группа – 15 человек (учащиеся 3Г класса). В 2022-2023 учебном году программа была проведена в двух группах со следующей численностью: 1-я группа – 16 человек (учащиеся 3Б класса), 2-я группа – 15 человек (учащиеся 3Ж класса). В 2023-2024 учебном году программа была проведена в двух группах со следующей численностью: 1-я группа – 17 человек (учащиеся 3Б класса), 2-я группа – 18 человек (учащиеся 2В класса). В состав группы вошли все желающие учащиеся. Общая численность обучающихся по данной программе составила 95 человек.

Психолого-педагогической программе «Как стать супергероем? Сила эмоций» **присуждено 1-е место** в номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме развивающая психолого-педагогическая программа «Как стать супергероем? Сила эмоций» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/1\\_4/materials/veryasova/Veryasova\\_O.A.\\_Program\\_How\\_to\\_become\\_a\\_superhero.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/1_4/materials/veryasova/Veryasova_O.A._Program_How_to_become_a_superhero.pdf)

## **Развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эбру»**

Автор-составитель:

**Казакова Е. А.**, педагог-психолог высшей квалификационной категории,  
МБОУ «Гимназия № 9 им. А. Н. Наумова» городского округа Тольятти  
структурное подразделение Детский сад

Развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эбру» представляет собой возможный вариант осуществления развивающей работы психолога с детьми старшего дошкольного возраста по регуляции эмоционального состояния посредством изотерапии в технике эбру.

Программа направлена на раскрытие внутренних ресурсов воспитанников, в том числе нуждающихся в особом внимании в связи с высоким риском уязвимости (целевые группы); стабилизацию эмоционально-личностной сферы детей старшего дошкольного возраста, имеющих трудности в осмыслении, испытываемых чувств и эмоций. Она позволяет посредством изотерапии в технике эбру стабилизировать психологическое состояние и эмоциональное самочувствие ребенка.

В результате используемых на занятиях арт-терапевтических методов у детей формируется адекватный уровень самооценки, повышается уверенность в себе, нивелируются тревожные состояния, развиваются коммуникативные навыки.

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

Развивающая программа «Волшебный мир эбру» составлена педагогом-психологом высшей квалификационной категории Казаковой Еленой Александровной для развивающей работы с воспитанниками старшего дошкольного возраста. Данная программа может быть реализована в работе с детьми целевых групп:

- нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;
- воспитанники с особыми образовательными потребностями (одаренные дети);
- дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации;
- дети «группы риска».

Апробация программы осуществлялась на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Гимназия № 9 имени Александра Николаевича Наумова» в структурном подразделении Детский сад.

Данные учреждения: 445054, Приволжский федеральный округ, Самарская область, г. Тольятти, ул. Мира, 91, руководитель структурного подразделения Афанасьева Ольга Викторовна, адрес сайта: <https://gimnasium9.tgl.net.ru/>.

В современном мире вопрос о здоровьесбережении становится всё более актуальным. Не зря одним из основополагающих требований Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС ДО) является охрана и укрепление не только физического и психического здоровья детей, но и эмоционального благополучия. Это определяет здоровьесберегающую и здоровьесохраняющую направленность дошкольного образования в целом.

Жизнедеятельность человека в современных условиях сопряжена с повышенной стрессовой нагрузкой, как на взрослых членов общества, так и на детей. Развивающаяся личность ребенка старшего дошкольного возраста крайне уязвима, так как не обладает устойчивыми механизмами психологической защиты. В результате у детей зачастую возникают различные нарушения психологического здоровья, негативные последствия которых не только отражаются на особенностях данного этапа развития ребенка, но и накладывают отпечаток на всю его последующую жизнь. Если вовремя не обратить внимания на проблемные зоны этого периода, развитие личности может быть заторможено. В связи с этим возникает необходимость поиска эффективных методов, позволяющих стабилизировать психоэмоциональное состояние и психологическое здоровье старших дошкольников.

Программа «Волшебный мир эбру» представляет собой инновационную практику работы педагога-психолога в решении задачи развития эмоционально-личностной сферы ребенка, решения проблем в сфере общения и поведения.

Рисование на воде эбру представляет собой разновидность арт-терапии, относится к методу интуитивного рисования. Это хороший способ расслабиться, остановить поток мыслей, дать возможность левому полушарию отдохнуть, активизировать работу правого, тем самым освобождая доступ к собственному внутреннему миру, его ресурсам и состояниям.

### **Описание участников реализации и конкретных типов трудностей и проблем**

Проблема сохранения психологического здоровья подрастающего поколения в последние годы становится всё более актуальной. Актуальна она и для детей старшего дошкольного возраста, посещающих структурное подразделение Детский сад МБОУ «Гимназия № 9». В последнее время наблюдается негативная тенденция увеличения обращений родителей к педагогу-психологу с различными эмоциональными и личностными нарушениями у старших дошкольников (38 % обратившихся в 2020–2022 г.г.): неуверенность в себе; нестабильная самооценка; высокий уровень тревожности, часто сочетающейся с агрессивностью; необходимость в постоянном признании, похвале, высокой оценке; мнительность, обидчивость, ригидность эмоциональных реакций, деятельности и поведения; стремление к признанию собственной исключительности; страх

получить отказ, тревожность по поводу собственного социального статуса.

Это только часть психологических проблем, с которыми приходится сталкиваться педагогам и родителям. Дети, идущие в первый класс, оказываются более подготовленными умственно, и менее личностно. В результате у детей зачастую возникают различные нарушения психологического здоровья, негативные последствия которых не только отражаются на особенностях данного этапа развития ребенка, но и накладывают отпечаток на всю его последующую жизнь. В дальнейшем в начальной школе психологическая дефективность ребенка становится вполне очевидной, и осуществляемая в дальнейшем психолого-педагогическая коррекция, направленная на тренировку неразвитых процессов, редко бывает успешной.

В то же время, особенности психики ребёнка 5-7 лет ещё не являются жестко фиксированными и завершёнными, и поэтому, именно в этом возрасте, еще возможна коррекция тех эмоциональных, личностных, поведенческих и других нарушений, которые значительно труднее будет преодолеть в дальнейшем.

Развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эбру» рассчитана на детей дошкольного возраста 5-7 лет. Данная программа подходит как для реализации в группе детей (10–12 человек), так и для индивидуального использования. Например, для работы с одаренными детьми или для регуляции эмоционально-личностной сферы ребенка (допустимо 1–3 ребенка).

Педагог, реализующий развивающую психолого-педагогическую программу, направленную на оптимизацию эмоционального состояния у детей старшего дошкольного возраста «Волшебный мир эбру», должен владеть знаниями о возрастных особенностях детей дошкольного возраста. Иметь представление о социально-психологических особенностях детей данного возраста.

**Нормативно-правовым основанием, обеспечивающим сопровождение программы, являются:**

— «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу 15.09.1990);

— «Декларация прав ребенка» (Принята 20.11.1959 Резолюцией 1386 (XIV) на 841-м пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН);

— Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.

— Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

— постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к

устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

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

Программа имеет развивающую направленность, позволяет оптимизировать эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии в технике эбру.

Цель программы: развитие эмоционально-личностной сферы детей старшего дошкольного возраста посредством эбру-терапии.

Задачи:

- 1) способствовать нейтрализации негативных личностных особенностей – тревожности, агрессивности как негативного личностного состояния;
- 2) способствовать формированию у детей адекватной самооценки и позитивного восприятия себя (Я-концепции);
- 3) развивать способность свободно выражать эмоциональные состояния и чувства социально приемлемыми способами;
- 4) способствовать творческому самовыражению старших дошкольников;
- 5) развивать навыки рефлексивных действий.

**Адресат:** дети старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

### **Сроки реализации программы**

Развивающая психолого-педагогическая программа для детей старшего дошкольного возраста «Волшебный мир эбру» включает 24 занятия.

### **Этапы и алгоритм реализации программы**

Реализация данной программы предполагает последовательное проведение трех этапов работы педагога-психолога:

- 1) Подготовительный этап: изучение индивидуально-типологических особенностей детей посредством проведения психологических диагностики.

Для комплексной диагностики эмоционально-личностного развития детей использовались следующие диагностические методики:

- методика на определение эмоционального уровня самооценки, (методика А. В. Захарова);
- «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен);
- методика «Кактус» (М. А. Панфиловой);
- модификация методики «Цветовой тест» Люшера (автор Л. А. Ясюкова).

- 2) Основной этап – предполагает реализацию основного содержания программы. Программа состоит из 24 занятий. Занятия содержат несколько направлений работы: эбру-терапия, цветотерапия, музыкотерапия, что повышает эффективность достижения поставленной цели.

Занятия с детьми проходят в групповой форме (10-12 человек) 1 раз в неделю. Длительность одного занятия – 30–35 минут.

- 3) Заключительный этап – предполагает оценку и анализ результативности программы посредством проведения психологической

диагностики. Результаты эффективности программы представляются администрации в виде аналитического отчета.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Промежуточный результат:

- положительная динамика в показателях эмоционально-личностного развития;
- овладение адекватными способами выражения своих чувств и эмоций, регуляции эмоционального состояния;
- положительные изменения в Я-концепции
- стремление к творческому самовыражению посредством использования техники эбру.

Итоговый результат:

- снижение доли детей с высоким уровнем тревожности;
- увеличение доли детей с адекватной самооценкой;
- снижение доли детей с высоким и средним уровнем проявления агрессивности;
- увеличение числа детей с оптимальным уровнем эмоционального состояния.

### **Описание используемых технологий и методик**

В развивающей психолого-педагогической программе «Волшебный мир эбру» используются следующие современные образовательные технологии, обеспечивающие достижение поставленной цели:

- здоровьесберегающая технология (арт-терапевтические техники, психогимнастика);
- познавательно-исследовательская технология (наблюдения за природными явлениями, рассматривание картин);
- личностно-ориентированная технология;
- игровая технология;
- технология сотрудничества;
- информационно-коммуникационная технология.

Методы и приемы, используемые в программе:

- психогимнастика,
- показ приемов рисования,
- эбру-терапия,
- сказкотерапия,
- изотерапия;
- цветотерапия,
- музыкальная терапия.

### **Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники**

Приоритетными методами являются практические, опытные, экспериментальные и метод проектов.

На практических занятиях отрабатываются разные комбинации

движений, приемы рисования на воде, изучаются богатейшие палитры цветов этой техники, которые помогают детям в практической деятельности получить яркие подтверждения красоты нашего мира.

Полученные основные навыки воспитанники применяют при переносе рисунка с водной поверхности не только на бумагу, но и экспериментируют с другими материалами: ткань, гипс, дерево и даже одежда. Во время работы используются специальные приспособления, краски и кисточки. Картины у воспитанников всегда получаются необычными, каждая капля, попадая в воду, растекается в круг, из которого затем, с помощью деформации шилом, спицами или гребнем создаются необычные разводы и образы. Ценность техники «эбру» определяется не только результатом, но и самим процессом, который напоминает бесконечное медитативное движение, расслабляющее, успокаивающее и снимающее нервное напряжение; искусство абстракций, отражающее определенные цветовые сочетания и геометрические формы, вызывая при этом чувство полноты и завершенности композиции.

Проектно-исследовательская деятельность на занятиях носит как групповой, так и индивидуальный характер, что способствует формированию коммуникативных умений. Реализует задачу выявления творческих способностей, склонностей и одаренностей к различным видам деятельности. Выявление способностей дошкольников во многом определяется путем наблюдений поведенческой и творческой активности на занятиях. Путем беседы, экскурсии, выставки картин, деловых и ролевых игр, конкурсов, мастер-классов, анкетирования, тестирования, применения ИКТ, определяются способности каждого ребенка к формам работы занятий.

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

— Права и обязанности участников программы определяются Конвенцией о правах ребенка, действующим законодательством РФ, Уставом МБОУ «Гимназия № 9» СП ДС, выработанными правилами группы.

— Программа носит интегративную гуманистическую направленность.

— Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе доверия, сотрудничества, взаимного уважения и предоставления свободы развития личности.

— Происходящее в группе всегда определяется личностным выбором каждого участника, никто не может принудить его к совершению каких-либо поступков.

Ведущий группы имеет право:

— на свободу выбора и использования методик в соответствии с основной тематикой программы;

— доведение до сведения родителей результатов реализации программы, касающихся их ребенка, и другой информации, выявленной в ходе занятий, если она угрожает психологическому или физиологическому здоровью их ребенка.

Ведущий группы обязан:

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

Участники программы имеют право:

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

Участники программы обязаны:

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

Показания и противопоказания к участию в программе.

Показания к участию в программе:

- дети старшего дошкольного возраста;
- различные эмоциональные и поведенческие нарушения (тревога, страхи, упрямство, агрессия, раздражительность, обидчивость, замкнутость, легко меняющееся настроение и др.)
- заболевания психосоматического характера;
- стрессы, вызванные семейными или социальными конфликтами.

Противопоказания к участию в программе:

Эбру-терапию нельзя проводить в следующих случаях: эпилепсия или шизофрения; кожная аллергия на краску и (или) водный состав.

**Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

В рамках системы внутреннего контроля за реализацией программы можно рассматривать: диагностические материалы, журнал посещаемости занятий, индивидуальные папки детей со стимульным материалом, материалы педагога к занятиям, картотеку игр по разделам программы, журнал индивидуальных и групповых консультаций с родителями, рефлексию детей на занятиях, анкеты обратной связи с родителями, фото- и видео-отчеты, групповые и индивидуальные проекты. Возможно составление педагогом-психологом справок по результатам реализации развивающей психолого-педагогической программы «Волшебный мир эбру» по итогам года.

Итоги реализации программы возможно представлять на родительских собраниях, онлайн-консультациях с родителями в форме презентаций, видеопрезентаций, демонстраций индивидуальных работ, с целью повышения родительской компетенции в вопросах оптимизации эмоционального

состояния детей старшего дошкольного возраста. Родителей необходимо приглашать на открытые занятия в рамках программы «Волшебный мир эбру», а также в качестве посетителей выставки лучших работ.

Можно создать групповые чаты с родителями, заинтересованными в результатах реализации программы. Получив письменное согласие на использование видеоматериалов и фотографий для демонстрации и лучших индивидуальных результатов для публичной демонстрации, можно отправлять в чат родителям фотоматериалы, видеоматериалы с занятий с детьми.

Целесообразно определить периодичность контроля. Администрации ДОУ необходимо включить вопросы по реализации данной программы в план контроля деятельности образовательной организации.

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

Результативность участия ребенка в программе оценивается:

— По результатам первичной и заключительной психодиагностики (объективная оценка).

— На основе обратной связи от родителей и педагогов, работающих с ребенком (субъективная оценка).

— Через наблюдение изменений в поведении детей (субъективная оценка).

Для оценки эффективности занятий по программе по окончании курса проводится итоговая диагностика, аналогичная первичной.

Сравнение результатов первичной и заключительной диагностики позволяет оценить динамику развития ребенка и, соответственно, эффективность работы программы.

#### **Сведения о практической апробации программы на базе структурного подразделения детского сада МБОУ «Гимназия № 9» г. о. Тольятти**

Предлагаемая развивающая программа прошла успешную апробацию на базе структурного подразделения детского сада МБОУ «Гимназия № 9» г. о. Тольятти. В 2022-2023 году проводилась апробация программы, а в 2023-2024 году ее полная реализация с учетом всех недочетов. В течение данного периода были сформированы несколько групп в количестве 24 человек (дети старшего дошкольного возраста). Участниками группы были дети целевых групп, с особенностями в развитии эмоционально-личностной сферы (тревожность, низкая самооценка, агрессия и неуверенное поведение и т.п.).

Психолого-педагогической программе «Волшебный мир эбру» присуждено 3-е место в номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме развивающая психолого-педагогическая программа «Волшебный мир эбру» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Kazakova\\_E.A.\\_The\\_Magic\\_World\\_of\\_Ebru.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Kazakova_E.A._The_Magic_World_of_Ebru.pdf)

## **Развивающая психолого-педагогическая программа «Подрастай-ка»**

Автор-составитель:

**Косырева Ж. М.**, педагог-психолог,

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр «Южный город» пос. Придорожный муниципального района Волжский Самарской области

Проблема адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации достаточно актуальна, а потому широко освещена в научных и популярных источниках. Переход ребенка из одних условий существования в другие сложен всегда, а в наше время он значительно затруднен дополнительными стрессогенными факторами. Нестабильность и динамичность современной жизни требуют быстрого и адекватного реагирования. Однако адаптационные возможности ребенка, особенно раннего возраста, ограничены, поэтому резкий, неподготовленный переход его в новую социальную ситуацию зачастую приводит к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Процесс адаптации к новым условиям детей стал предметом изучения многих психологов, психиатров и социологов в России (Д. Н. Исаев, В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, Е. О. Смирнова, Р. В. Тонкова-Ямпольская, Ю. С. Шевченко и др.). Исследователи указывают на необратимость нарушений в личностном развитии ребенка в случаях отсутствия у них психологической готовности к переходу в новые социальные условия, в которые как раз и попадает малыш при поступлении в детский сад в раннем возрасте.

ФГОС ДО, также как и ФОП ДО, рассматривают охрану и укрепление психологического здоровья детей как одну из центральных задач работы детского сада. Психологическое сопровождение выступает важнейшим условием повышения качества образования в ДОО. Каждый год количество групп раннего возраста в нашем дошкольном учреждении растет. Это требует своевременной и системной работы в данном направлении. В приоритете активное взаимодействие со всеми участниками образовательного процесса. Поэтому программа «Подрастай-ка» включает в себя не только цикл развивающих занятий с детьми раннего возраста, направленных на обеспечение их успешной адаптации и развития, но также и просветительские мероприятия с родителями и педагогами.

Целью программы является обеспечение успешной адаптации и развития детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации.

**Задачи:**

— организовать навыки взаимодействия дошкольников друг с другом и взрослыми;

- снизить уровень психоэмоционального напряжения детей в период адаптации;
- формировать сенсорные эталоны;
- обучать воспитателей эффективным методам взаимодействия с детьми раннего возраста;
- повысить уровень психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах воспитания и развития детей раннего возраста.

**Адресат:** дети раннего возраста, родители и воспитатели групп раннего возраста.

**Продолжительность:** цикл занятий с детьми рассчитан на 1 учебный год, с родителями – на 1 учебный год, с педагогами – на 1 месяц.

*Структура и содержание программы*

Программа предусматривает три приоритетных направления:

- работа с обучающимися раннего возраста,
- работа с педагогами групп раннего возраста,
- работа с родителями детей раннего возраста.

Программа «Подрастай-ка» содержит серию развивающих занятий для детей, направленных на взаимное эмоциональное общение взрослого и ребенка в процессе ознакомления малышей с художественной литературой в сочетании с творческой продуктивной и игровой деятельностью. Каждое занятие имеет цепочку развивающих заданий, выстроенной в рамках единой сюжетной линии, в соответствии с выбранным художественным произведением. Развивающие задания способствуют активному восприятию произведений и целенаправленному общему развитию разных сторон психической деятельности ребенка. К ним относятся задания, направленные на развитие мелкой моторики, основных видов движений, сенсорным эталонам, математическим представлениям, а также элементы сюжетно-ролевых игр, дидактические и подвижные игры, продуктивная, изобразительная деятельность. Традиционно занятия начинаются и заканчиваются в кругу. Все занятия имеют тематическую направленность, отражающую ознакомление детей с окружающим миром. Содержание знаний дается в системе, логической последовательности с постепенным усложнением и ориентировано на зону ближайшего развития детей. Занятия отличаются динамичностью построения, что обеспечивает учет возрастных особенностей детей, в частности их высокую двигательную активность и особенности внимания.

**Программа с обучающимися раннего возраста включает 3 модуля**

При реализации занятий 1 модуля «Вот такие малыши» задача педагога-психолога – сформировать у детей позитивное отношение к ситуации занятия и общению с детьми и со взрослым, познакомить с правилами поведения на групповых занятиях. Для этого необходимо заинтересовать детей содержанием, создавать атмосферу доверия, эмоционального комфорта, сотрудничества. Этот этап очень сложен и чрезвычайно важен, так как дети впервые приобретают опыт групповых занятий. Взрослый помогает детям

понять и принять правила поведения на занятиях. Основные трудности связаны с организацией детей на групповом занятии. С этой целью можно привлечь родителей, пожелавших присутствовать на занятиях, которые помогают организовать детей. На данном этапе игровая и продуктивная деятельность может осуществляться совместно с родителями, так как у малышей важно сформировать интерес к заданиям занятий. Содержание занятий, предлагаемых детям на первом модуле, имеет опору на опыт детей. Малыши закрепляют названия основных цветов, форм, величины, разучивают небольшие стишки, потешки.

На втором модуле «Вместе весело играть» стоит задача формирования личной активности детей во всех предложенных видах деятельности (коммуникативная, игровая, предметная, изобразительная). На этом этапе педагог-психолог побуждает малышей к проявлению ими самостоятельности при выполнении предложенных заданий.

Основная задача третьего модуля «Вот как мы умеем!» – формировать устойчивый интерес к развивающим занятиям, сотрудничеству с детьми и взрослым, развивать навык взаимодействия. Взрослый развивает активное творческое начало каждого ребенка, учит детей настойчивости, умению доводить начатое дело до конца. Многие задания дети выполняют самостоятельно.

С целью достижения большей эффективности работы по адаптации детей раннего возраста данная программа предполагает взаимодействие педагога-психолога с родителями и педагогами групп раннего возраста.

#### **Программа с педагогами групп раннего возраста**

Серия тренингов для педагогов групп раннего возраста направлена на обучение эффективным методам взаимодействия с детьми раннего возраста и развитие коммуникативной компетентности педагогов. Работа с педагогами предполагает расширение теоретических знаний педагогов в области возрастных особенностей детей раннего возраста, в вопросах эмоционального интеллекта и эмпатии. На мероприятиях обсуждаются и отрабатываются аспекты самовосприятия, проблемы коммуникации и взаимодействия с детьми и родителями, принятия индивидуальности и неповторимости каждого участника образовательного процесса.

#### **Программа с родителями детей раннего возраста**

Работа с родителями по данной программе включает проведение тренингов с целью повышения уровня психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах воспитания и развития детей раннего возраста. Сотрудничество с семьями осуществляется посредством тренингов. Раскрываются проблемы и сложности адаптационного периода детей раннего возраста, возрастные особенности детей раннего возраста, в доступной форме родители знакомятся с формами активного взаимодействия с обучающимися.

#### **Структура занятий с обучающимися**

Занятия для детей состоят из вводной, основной и заключительной частей.

В вводной части занятий используются коллективные упражнения на объединение, взаимодействие детей друг с другом (рифмовка «В нашей группе», речевые игры «Девочки и мальчики прыгают», «Паровоз», «Прыгай веселей», «Где же наши ручки?» и другие). Основными целями вводной части занятия является установление эмоционального контакта с детьми раннего возраста и обучение действовать согласованно, развитие у детей раннего возраста чувства сплоченности.

Основная часть включает игры и различные игровые упражнения, направленные на развитие познавательных процессов ребенка (восприятие, память, внимание, наглядно-действенное мышление, мелкая и общая моторика). Данная часть занятий часто включает совместную или индивидуальную творческую деятельность: лепка, конструирование, аппликация, рисование (с использованием различных техник). Это способствует снижению эмоционального напряжения и уровня тревожности, развитию личностного потенциала. Основная часть занятий включает игры и упражнения на обучение выразительным мимическим движениям, определение и передачу эмоциональных состояний. В структуру занятий входят хороводные и подвижные игры, потешки, прибаутки, музыкально-ритмические движения с речевым сопровождением, игровые упражнения, способствующие установлению положительного контакта ребенка со сверстниками и дающие положительный эмоциональный заряд.

В заключительной части занятий главной целью является закрепление положительных эмоций у детей от проделанной работы. Дети находятся в кругу (сидя на стульчиках, стоя, сидя на ковре). Такое положение дает возможность открытого общения, облегчает взаимопонимание и взаимодействие, форма круга позволяет им ощутить особую общность, создает у каждого участника чувство принадлежности к группе.

### **Структура занятий с педагогами групп раннего возраста**

Тренинговые занятия для педагогов условно можно разделить на два блока: теоретический и практический. В первой части тренинга обсуждаются тема мероприятия, даются рекомендации. После информационной справки наступает самая важная и интересная практическая часть. Она включает в себя различные игровые упражнения и психологические задания, способствующие раскрепощению педагогов, самопознанию, осознанию, проявлению эмпатии и коммуникативности. Данные упражнения способствуют созданию эмоционально-комфортной атмосферы в группе педагогов.

Форма проведения занятий – групповая, численность группы – 6-8 участников.

Каждое занятие состоит из трех частей:

1. Вводная часть (разминка).
2. Основная часть (рабочая).
3. Заключительная.

### **Структура занятий с родителями обучающимися**

Мероприятия с родителями состоят из 3-х частей.

Первая часть – теоретическая. Включает беседы и обсуждение рекомендаций по вопросам адаптации детей к детскому саду, возрастных особенностей детей раннего возраста, кризиса 3 лет.

Вторая часть – практическая. С родителями проводятся игровые упражнения и практики, которые помогают в активной форме закрепить полученную теоретическую информацию. С их помощью родители имеют возможность раскрыть свой личностный потенциал, взглянуть на себя, свою семью и ребенка под другим углом, снять эмоциональное напряжение.

В заключительной части применяется психологический метод «рефлексии», на основе которого родители отмечают наиболее значимое в понимании актуальных вопросов, дают оценку того, насколько оправдались их ожидания от встречи, какие выводы они сделали.

### **Методы, используемые при реализации программы**

Данная программа реализуется с помощью следующих методов.

Словесные: консультация, беседа, дискуссия, чтение художественной литературы, проговаривание потешек и песенок, беседа, загадки.

Наглядные: демонстрация предметов и игрушек, показ образца и способа действия, показ иллюстраций по теме, показ движений для повтора их детьми, демонстрация картин, иллюстраций, видеофильмов, показ образца и способа действия, показ иллюстраций по теме, показ движений для повтора, демонстрация иллюстраций, видеофильмов.

Практические: игры (дидактические, подвижные, коммуникативные), психогимнастика, сказкотерапия, арт-терапия, релаксация, тренировочные упражнения.

### **Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы:**

- грубые психические и интеллектуальные нарушения;
- несогласие родителей на проведение с детьми психологических мероприятий;
- возраст старше 3 лет.

### **Описание основных прав и обязанностей участников программы**

Права и обязанности участников программы определяются выработанными правилами группы. В каждой тренинговой группе могут устанавливаться свои особые правила, однако существует ряд базовых правил, которых необходимо придерживаться во время проведения мероприятий данной программы:

- общение по принципу «здесь и теперь»;
- конфиденциальность;
- персонификация высказываний;
- недопустимость перехода «на личности»;
- «обратная связь».

**Кадровые ресурсы:** педагог-психолог, имеющий высшее педагогическое профильное образование.

### **Сроки реализации программы**

1. Продолжительность занятий с обучающимися – 8 месяцев.
2. Продолжительность занятий с родителями обучающихся – 8 месяцев.
3. Продолжительность занятий с педагогами детей раннего возраста – 1 месяц.

### **Ожидаемые результаты**

1. Обеспечена успешная адаптация и развитие детей раннего возраста в ДОО.
2. У детей раннего возраста сформированы навыки взаимодействия дошкольников друг с другом и взрослыми.
3. Снизился уровень психоэмоционального напряжения детей в период адаптации.
4. Сформированы сенсорные эталоны.
5. Воспитатели обучены эффективным методам взаимодействия с детьми раннего возраста.
6. Повысился уровень психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах воспитания и развития детей раннего возраста.

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

Для организации контроля используются:

1. Текущий контроль – заполнение журнала групповых форм работы, отметка о посещаемости занятий, анализ рефлексивных высказываний детей;
2. Итоговый контроль – сравнительный анализ первичной и вторичной диагностики (обследование по методике Стребелевой Е. А.), качественный анализ отзывов участников программы, анализ количественных и качественных изменений; написание рефлексивного отчёта об эффективности реализованной программы.

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

С 2019 по 2021 год апробация программы «Подрастай-ка» проходила на базе СП ГБОУ СОШ № 10 «ОЦ ЛИК» г.о. Отрадный д/с № 16. С 2022 года и по настоящее время программа реализуется на базе ГБОУ СОШ «ОЦ» «Южный город» пос. Придорожный СП «Детский сад «Забава».

Психолого-педагогической программе «Подрастай-ка» **присуждено 3-е место** в номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме развивающая психолого-педагогическая программа «Подрастай-ка» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Kosyreva\\_Zh.\\_M.\\_Grow\\_up.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Kosyreva_Zh._M._Grow_up.pdf)

## Развивающая психолого-педагогическая программа «Сказки мудрой совы»

Автор-составитель:

**Булатович И. Н.**, педагог-психолог высшей квалификационной категории, Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 14 «Центр образования» имени кавалера ордена Ленина Н.Ф. Шутова городского округа Сызрань Самарской области структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы дошкольного образования – «Детский сад № 31»

**Актуальность** интеграции арт-терапии и сказкотерапии в дошкольное образование в настоящее время является весьма значимой и многофакторной. В условиях быстроменяющегося общества, где дети сталкиваются с различными стрессовыми факторами – от семейных трудностей до социальных изменений – потребность в эффективных методах поддержания их эмоционального и психологического благополучия возрастает. Арт-терапия и сказкотерапия предлагают уникальные возможности для помощи детям в выражении своих чувств и переживаний, что особенно актуально в дошкольном возрасте, когда происходит активное формирование эмоций и социальных навыков.

Одной из причин актуальности внедрения арт- и сказкотерапии является их способность помогать детям в освоении навыков саморегуляции. Через творческие методы дети учатся осознавать и управлять своими эмоциями, что является важной частью их общего развития. Кроме того, арт-терапия способствует развитию креативности и воображения, что в свою очередь положительно влияет на когнитивные способности. В условиях стремительного технического прогресса и изменений в образовательных подходах критически важно развивать у детей навыки креативного мышления, которые пригодятся им в будущем.

Еще одной важной причиной актуальности является тот факт, что арт- и сказкотерапия могут служить мостом для общения между детьми и взрослыми. В некоторых случаях дети могут испытывать трудности в вербальном выражении своих мыслей и чувств, тогда как творческие методы позволяют им «говорить» на языке искусства. Это особенно важно для детей, которые могут быть застенчивыми или испытывать трудности в установлении социальных контактов. Создание безопасной и поддерживающей атмосферы, где дети могут проявлять себя, способствует улучшению их коммуникативных навыков и повышению уверенности в себе.

Арт-терапия представляет собой метод, который активно использует творческое самовыражение для улучшения эмоционального состояния и развития личности, особенно в дошкольном возрасте. В дошкольном возрасте формируются основные нравственные ориентиры, и искусство становится

эффективным инструментом для их развития. Одним из интересных авторов, работающих с детьми и влияющих на их нравственное формирование, является Татьяна Николаевна Твердохлебова из Самарской области. Её произведения обладают яркими образами и сюжетами, которые способствуют не только развитию художественных навыков, но и формированию нравственных ценностей. Книги Твердохлебовой часто затрагивают темы дружбы, честности, взаимопомощи и любви к окружающему миру. Через персонажей и их истории дети учатся сопереживанию, понимают, как важно быть добрыми и отзывчивыми.

Современные образовательные стандарты все чаще акцентируют внимание на значении эмоционального и социального развития детей, что в полной мере соответствует принципам арт- и сказкотерапии. Таким образом, актуальность интеграции арт- и сказкотерапии в дошкольное образование можно охарактеризовать как результат комплексного взаимодействия социально-психологических, педагогических и культурных факторов, что создает все условия для эффективного и гармоничного развития детей.

**Практическая направленность.** Развивающая программа разработана для детей подготовительного дошкольного возраста 6–7 лет. Программа направлена на эмоциональное и социальное развитие старших дошкольников.

**Новизна** использования арт-терапии и сказкотерапии с произведениями Твердохлебовой Татьяны Николаевны в работе психолога дошкольного образовательного учреждения состоит в инновационном подходе к эмоциональному и социальному развитию детей через интеграцию художественного творчества и литературы. Этот подход отличается от традиционных методов, так как он акцентирует внимание на креативном самовыражении и активном вовлечении детей в процесс обучения и самопознания.

Одним из ключевых аспектов новизны является использование конкретных литературных произведений, которые обладают высокой степенью эмоциональной нагрузки и затрагивают актуальные для детей темы. Это позволяет психологу не только работать с универсальными подходами арт- и сказкотерапии, но и адаптировать их к интересам и потребностям маленьких читателей. Выбор работ этого автора делает процесс глубже и осмысленнее, поскольку текстовая основа обладает богатейшим содержанием, которое можно использовать для создания художественных образов, обсуждений и игр.

Второй важной гранью новизны является развитие методических подходов, основанных на интеграции различных видов деятельности. Вместо традиционного применения лишь одного типа терапии, в этом контексте происходит взаимодействие арт-терапии и сказкотерапии, что создает единую структуру для комплексного воздействия на эмоциональное состояние детей. Эта синергия не только улучшает восприятие

произведений, но и обогащает внутренний мир ребенка, расширяя его пределы для самовыражения.

Таким образом, новизна в данной области проявляется в уникальной комбинации современных подходов, доступных ресурсов и актуальных психологических заданий, что позволяет создать новый уровень взаимодействия с детьми, эффективно способствуя их развитию в эмоциональном, социальном и интеллектуальном аспектах. Использование произведений Твердохлебовой добавляет литературную глубину, делая терапевтический процесс методически разнообразным и плодотворным.

### **Практическая направленность**

Программа «Сказки мудрой совы», основанная на арт-терапии и сказкотерапии для детей 6–7 лет, направлена на развитие эмоциональных и социальных навыков, креативности, творческих способностей.

### **Научно-методическими и методическими основаниями для разработки программы определены:**

— научные концепции о психотерапевтических возможностях сказкотерапии – Р. Гарднер, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева;

— аспекты сказкотерапии – игровой психологии и педагогики Н. А. Ветлугиной, Д. Ю. Соколова, Н. В. Сусловой и др.;

— теории арт-терапевтического процесса – И. Ялома, К. Уэлсби, Е. М. Бурно, С. Кратохвил, А. А. Осипова и др.;

— теория нравственного воспитания – А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинский, Н. И. Болдырев, И. С. Марьенко и др.

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

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

— Конвенция о правах ребёнка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.; ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.1990;

— Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 № 124-ФЗ;

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

— Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении порядка осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования».

— Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

**Цель программы:** комплексное развитие эмоционального и социального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

### **Основные задачи программы:**

- создать комфортную и безопасную среду для самовыражения старших дошкольников;
- развивать умения по распознаванию и выражению собственных чувств и эмоции других людей (сказочных персонажей);
- развивать социальные отношения, взаимодействовать друг с другом, разрешать конфликты, развивать навыки сотрудничества и эмпатии через совместное обсуждение и представление сказок;
- развивать творческие способности, креативность, когнитивную сферу посредством различных художественных материалов и арт-техник.

**Адресат:** программа разработана для детей 6-7 лет.

**Продолжительность курса:** программа состоит из 15 занятий продолжительностью по 30 минут.

**Форма проведения:** групповая, в группе не более 6 человек.

**Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы**

Участвовать в освоении программы не могут дети раннего и младшего дошкольного возраста: с тяжелыми множественными нарушениями; слабовидящие, слепые; слабослышащие, глухие; с тяжелыми интеллектуальными нарушениями.

**Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав и обязанностей участников программы**

Реализуя программу, специалист следует принципам «Этического кодекса психолога», соблюдает права всех участников развивающих занятий согласно Закону Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» и Федеральному закону от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Администрация СП «Детский сад № 31» осуществляет контроль за работой педагога-психолога по программе: посещает развивающие занятия, изучает результаты психолого-педагогической диагностики, проверяет журнал специалиста, проводит опрос родителей об удовлетворенности качеством оказываемой услуги.

**Описание сфер ответственности основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей)**

Специалист, реализующий программу, имеет право:

- определять форму работы по развивающей программе – индивидуальная или групповая;
- на свободу выбора методик, соответствующих целям, задачам и логике программы;
- вносить изменения в содержание программы исходя из уровня актуального развития детей.

Специалист, реализующий программу, обязан:

- соблюдать требования, указанные в программе, своевременность в организации и проведении занятий;
- сохранять физическое и психологическое здоровье ребенка;
- соблюдать профессиональную этику;
- консультировать родителей при необходимости в процессе реализации программы;
- повышать компетентность родителей в вопросах развития детей старшего дошкольного возраста.

Родители детей, посещающих занятия, имеют право:

- получить консультацию от специалиста по любому интересующему вопросу;
- отказаться от участия в реализации развивающей программы.

Родители детей обязаны:

- заботиться о воспитании и развитии своих детей;
- выполнять рекомендации, данные специалистом.

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

Требования к специалистам:

- наличие профессионального психологического образования;
- опыт работы с детьми дошкольного возраста;
- знание возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста;
- знание индивидуальных особенностей детей, участвующих в реализации развивающей программы;
- владение диагностическими методиками, направленными на выявления уровня развития детей дошкольного возраста;
- эмоциональная устойчивость.

### **Этапы реализации программы**

Развивающая программа реализуется в 3 этапа:

1 этап – первичная диагностика. Перед началом реализации программы проходит индивидуальная диагностика детей старшего дошкольного возраста. Выявляется группа риска, и с согласия родителей эти дети зачисляются на развивающие занятия.

2 этап – практическая часть. На данном этапе проводится развивающая работа с детьми старшего дошкольного возраста и консультативная – с родителями.

3 этап – повторная диагностика. После реализации программы проходит повторная индивидуальная диагностика с детьми старшего дошкольного возраста для выявления положительной динамики в развитии.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Промежуточные результаты:

- Положительный эмоциональный отклик ребенка на взаимодействие со взрослыми и сверстниками.

— Включенность ребенка в занятия, заинтересованность в совместной деятельности, выполнение предложенной деятельности.

Итоговые результаты:

— У ребенка проявляются улучшения в области самовыражения и творческого мышления.

— Ребенок принимает участие в различных творческих заданиях, развивает свои навыки оригинального мышления, способность генерировать идеи и представлять их в различных формах. Эти качества проявляются в повседневной жизни.

— У ребенка повышена уверенность в себе, он принимает и выражает свои мысли и чувства, что способствует формированию его здоровой самооценки. К ребенку приходит осознание того, что его идеи и творчество имеют ценность, повышается его мотивация к обучению и экспериментированию.

— Навыки сотрудничества и командной работы заметно улучшены. Ребенок работает в группах и совместно выполняет творческую деятельность, умеет взаимодействовать со сверстниками, слышит мнения других и находит компромиссы.

— У ребенка развито критическое мышление и способности к саморефлексии. Ребенок включается в обсуждения и обмен мнениями о прочитанном, о творческой деятельности, он умеет анализировать свои работы, замечать свои сильные и слабые стороны и, в конечном итоге, стремится к самосовершенствованию. У ребенка сформировано умение оценивать свои действия и принимать осознанные решения.

— У ребенка улучшены моторные навыки, координация движений, умения расслабляться.

— У ребенка расширен кругозор и культурное восприятие, развито эстетическое восприятие и уважение к чужим мнениям, он более открыт и понимающая личность.

— У ребенка произошли изменения в личностном развитии, что поспособствовало формированию уверенного, креативного и социализированного индивида.

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

Количественные:

— положительная динамика у детей старшего дошкольного возраста по результатам диагностики;

— повышение доли (%) детей, имеющих уровень развития, соответствующего возрастной норме или приближенного к ней на 50 % и более;

— положительная динамика компонентов социального развития: контактности, эмоциональной сферы, средств общения.

Качественные:

— положительные отзывы родителей по реализации программы;

- ребенок проявляет интерес к предлагаемой деятельности;
- ребенок проявляет разнообразные эмоциональные реакции при общении со взрослыми и другими детьми;
- ребенок выполняет предложенные задания, понимает фразы, отвечает по возможности на вопросы и договаривает предложение.

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

Программа «Сказки Мудрой совы» апробировалась в кабинете педагога-психолога СП «Детский сад № 31» ГБОУ СОШ № 14 г. о. Сызрань с января по май 2024 года и с сентября по декабрь 2024 года. Программой всего было охвачено за 2023-2024 учебный год – 24 ребенка, за 2024-2025 учебный год – 22 ребенка. В содержание программы вносятся небольшие изменения согласно актуальному развитию детей старшего дошкольного возраста.

Психолого-педагогической программе «Сказки мудрой совы» **присвоено звание «Лауреат»** в номинации «Развивающие психолого-педагогические программы» областного конкурса психолого-педагогических программ (технологий) «Психология развития и адаптации» 2025 года.

В полном объеме развивающая психолого-педагогическая программа «Сказки мудрой совы» опубликована в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр» по адресу: [http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Bulatovich\\_I.N.\\_Tales\\_of\\_the\\_Wise\\_Owl.pdf](http://rspc-samara.ru/specialist/dobr/materials/Bulatovich_I.N._Tales_of_the_Wise_Owl.pdf)

# **ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И АДАПТАЦИИ**

**Сборник программ  
победителей и лауреатов областного конкурса  
психолого-педагогических программ (технологий) 2025 года**

Отпечатано редакционно-издательским отделом  
ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»  
443034, г. Самара, ул. Металлистов, 61а, тел. (846) 931-85-33