

СПРАВОЧНИК ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА ДЕТСКИЙ САД

**«У меня 52 ребенка с ОВЗ...»,
или Как выполнить все
рекомендации ПМПК → 8**



План докладов педагога-психолога на новый учебный год → 24



Пошаговая инструкция первой консультации с семьей → 38



Семинар-практикум, чтобы настроить педагогов на работу после карантина и отпусков → 60



Электронный журнал
**«Справочник педагога-психолога.
Детский сад»**

ЧИТАЙТЕ

НА ЛЮБОМ ЭЛЕКТРОННОМ УСТРОЙСТВЕ!

- ✓ нормативно-правовая база с ежедневным обновлением
- ✓ архив номеров с 2015 года
- ✓ удобная система поиска по журналу
- ✓ возможность скачивания статей



Реклама

Оформите **БЕСПЛАТНЫЙ**
доступ к журналу на **3 дня**

e.psihologsad.ru

Легкое начало непростого учебного года

Начало этого учебного года будет осложняться последствиями самоизоляции и пандемии в целом. Часть детей не посещала детский сад с весны, в семьях усугубились проблемы взаимоотношений, а кто-то из педагогов и родителей до сих пор испытывает болезненную тревожность. Кажется, в этом учебном году будет много работы и поэтому мы постарались собрать в этом номере документы и сценарии для его легкого начала.

Воспользуйтесь готовой программой педагога-психолога по работе с детьми в группах → 8 и планом выступлений на педсоветах в течение года → 24. Читайте рекомендации для первой консультации с семьей и конспект родительского собрания в августе → 38, 46. А чтобы справиться с эмоциональными последствиями пандемии, проведите семинар-практикум с педагогами и занятие с детьми по готовым сценариям → 60, 72.

Яна Юдина,

ответственный редактор журнала

JYudina@mcfrru



Редакционная коллегия

Наталья Авдеева – профессор кафедры возрастной психологии факультета психологии образования МГППУ, к. психол. н.

Инга Адмиральская – психолог, психотерапевт, супервизор

Александр Венгер – профессор кафедры психологии Международного университета «Дубна», д. психол. н.

Марина Зиновьева – доцент кафедры возрастной психологии ОАНО ВО МПСУ, к. психол. н.

Елена Николаева – профессор кафедры психологии и психофизиологии ребенка ГОУ ВПО РГПУ им. А.И. Герцена, д. биол. н.

Евгения Романова – директор Института психологии, социологии и социальных отношений МГПУ, д. психол. н., профессор

Александра Филатова – руководитель психолого-педагогической службы ГБОУ школа «Свиблово», к. филос. н.

Александра Фокина – практикующий психолог, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.

Елена Чепракова – руководитель службы психолого-педагогического сопровождения ГБОУ гимназия № 1748 «Вертикаль», к. психол. н.

Содержание

НОВОСТИ

- 4 Массовые мероприятия в детских садах запретили до конца года
- 4 Министр просвещения назвал ценности, на которых должно базироваться воспитание
- 5 Родители не заметили изменений в общении с детьми в период самоизоляции
- 5 Ученые: домашние животные влияют на социально-эмоциональное развитие детей

КАЛЕНДАРЬ

- 6 Важные даты в августе



МЕТОДКАБИНЕТ

- 8 «У меня 52 ребенка с ОВЗ...», или Как выполнить все рекомендации ПМПК
- 24 План докладов педагога-психолога на новый учебный год
- 32 Готовое выступление на педсовете в августе: как узнать о воспитании в семье



КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

- 38 Пошаговая инструкция первой консультации с семьей
- 46 Что рассказать родителям новых воспитанников на собрании. Готовый сценарий
- 56 Три типа проблем в семье, из-за которых настоящая цель консультации скрыта

Нормативная база в печатном журнале
представлена по состоянию на **25.06.2020**,
в электронном – обновляется ежедневно



ПСИХОПРОФИЛАКТИКА

- 60 Семинар-практикум, чтобы настроить педагогов на работу после карантина и отпусков
- 72 Как снизить тревожность детей после самоизоляции. Готовый сценарий занятия

По вопросам подписки обращайтесь

8 (800) 511-98-65

по России звонок бесплатный

№ 8 август 2020 года

СПРАВОЧНИК

ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА.

ДЕТСКИЙ САД

Учредитель – ООО КФЦ «Актион»

Издательство – ООО «Актион-МЦФЭР»
127015, Москва, ул. Новодмитровская, д. 5А,
стр. 8, 5-й этаж, комната 22

Издатель – Наталья Кашеева

Редакция

Редакционный директор – Анна Рыжкова
Главный редактор – Татьяна Николаевна Агуреева
Ответственный редактор – Яна Юдина
Выпускающий редактор – Елена Костина
Верстка – Наталья Першина
Секретарь редакции – Маргарита Шатуха

Адрес редакции: 127015, Москва, ул. Новодмитровская,
д. 5А, стр. 8

Тел.: 8 (495) 937-90-82

Для писем: 127015, г. Москва, а/я 100, «Актион»

E-mail: psi_sad@mcfcr.ru

Отдел продвижения

Бренд-менеджер – Александра Ворожцова

Тел.: 8 (495) 937-90-82, доб. 2693, e-mail: avorozhtsova@mcfcr.ru

Размещение рекламы

Руководитель – Наталья Синицина

Тел.: 8 (495) 660-17-18, 937-90-83, e-mail: nsinitsina@mcfcr.ru

Служба клиентской поддержки

Тел.: 8 (495) 937-90-82, e-mail: sd@mcfcr.ru

Подписные индексы:

«Роспечать» – 84295 (год); 80821 (полугодие)

«Почта России» – П2630 (год); П2629 (полугодие)

Редакция не несет ответственности за содержание
рекламных материалов. Мнение редакции может
не совпадать с мнением авторов.

Перепечатка материалов, опубликованных в журнале
«Справочник педагога-психолога. Детский сад»,
допускается только с письменного согласия редакции.

Все имена, используемые в журнале в образцах документов,
вымышленные, совпадение с реальными – случайность.

Художник: © boggy22 / Фотобанк Фотодженика

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-64050 от 25.12.2015,
выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций
Цена свободная. (0+)

Подписано в печать 25.06.2020.

Дата выхода в свет 09.07.2020.

Формат 70 × 108/16. Тираж 7400 экз.

Печать офсетная. Бумага типографская.

Усл. печ. л. 7. Зак. № 25607.

Отпечатано в ООО ПО «Периодика».

105082, г. Москва, Спартаковская
площадь, д. 14, стр. 3.

Тел.: 8 (499) 267-44-57.

© Актион-МЦФЭР, 2020



9

Массовые мероприятия в детских садах запретили до конца года

До конца 2020 года в детских садах нельзя проводить массовые мероприятия. Соответствующее постановление подписала главный государственный санитарный врач России Анна Попова.

Документ вводит и другие ограничения. Так, из постановления следует, что работники детского сада

должны ежедневно обрабатывать игровое и другое оборудование антисептиком. Также Роспотребнадзор обязывает проводить все занятия в помещениях групповой ячейки либо на открытом воздухе отдельно от других групповых ячеек.

Источник: pravo.gov.ru

Министр просвещения назвал ценности, на которых должно базироваться воспитание

При разработке программ по работе с дошкольниками ориентируйтесь на перечень ценностей, которые озвучил Сергей Кравцов на заседании Комитета Государственной Думы по образованию и науке. Эти ценности – «Родина, семья, дружба, взаимопомощь, спорт и здоровье, любовь к природе, стремление к знаниям». Глава Минпросвещения подчеркнул, что именно на них следует выстраивать процесс воспитания детей.

Отдельно министр указал на важность патриотического воспитания. По его словам, это стратегический национальный приоритет, который требует работы на федеральном, региональном и муниципальном уровнях. Позднее стало известно, что ведомство планирует принять федеральный проект о патриотическом воспитании до конца этого года.

Источник: edu.gov.ru, pnp.ru

Родители не заметили изменений в общении с детьми в период самоизоляции

Используйте результаты опроса ВЦИОМ на консультациях с родителями детей, которые не ходили в детский сад с начала весны. Согласно опросу, мнение, что большинство родителей стали проводить больше

времени с детьми, ошибочно. Таких семей всего 14 процентов, в то время как 61 процент опрошенных не заметили изменений в общении с детьми.

Источник: wciom.ru

Ученые: домашние животные влияют на социально-эмоциональное развитие детей

Расскажите родителям на консультациях о том, что домашние питомцы способствуют социально-эмоциональному развитию дошкольников. Такой вывод сделали ученые из Университета Западной Австралии, а также австралийского Института телемедицины для детей.

Исследователи проанализировали анкеты 1646 семей с детьми от двух до пяти лет и зафиксировали связь между привязанностью ребенка к собаке в доме и его способ-

ностью проявлять социальную активность и эмпатию. Также ученые определили, что факт присутствия собаки в семье помогает дошкольникам учиться налаживать социальные связи и контролировать свои эмоции. Кроме того, дети из семей с собаками на 30 процентов реже демонстрируют агрессию и антисоциальное поведение и на 40 процентов реже испытывают трудности коммуникации со сверстниками.

Источник: naked-science.ru



Важные даты в августе

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Проведите родительское собрание для новых групп

Организируйте собрание для родителей новых воспитанников на тему адаптации к детскому саду. Проведите его в начале августа, чтобы семьи смогли минимизировать возможные трудности адаптации → 46.

3 августа

Мотивируйте педагогов на семинаре-практикуме

Как только педагоги вернутся из отпусков, организуйте для них семинар-практикум. Он поможет сократить у них эмоциональные сложности в связи с последствиями пандемии коронавируса → 60.

5 августа

Выступите на последнем педсовете августа

На педсовете перед началом учебного года расскажите педагогам о том, как корректно собирать информацию о семейном воспитании дошкольников. Используйте готовый текст доклада → 32.

31 августа

МЕТОДКАБИНЕТ



«У меня 52 ребенка с ОВЗ...», или Как выполнить все рекомендации ПМПК → 8

Елена Абазян, педагог-психолог дошкольного отделения «Цветик»
ГБОУ «Школа № 2109», Москва

**План докладов педагога-психолога
на новый учебный год → 24**

**Готовое выступление на педсовете в августе:
как узнать о воспитании в семье → 32**

«У меня 52 ребенка с ОВЗ...», или Как выполнить все рекомендации ПМПК

В статье – программа, которая поможет в ситуации, когда в детском саду много детей с ОВЗ, и рекомендации ПМПК для них разнородны.

Елена Абазян, эксперт журнала, разработала ее, когда столкнулась с проблемой нехватки времени: в инклюзивном детском саду было 52 воспитанника с разными диагнозами. Программа подходит для групповой работы в смешанных группах и объединяет наиболее частые рекомендации ПМПК – в практике автора она охватила рекомендации для 43 из 52 воспитанников с ОВЗ. Программа проходила апробацию в детском саду три года.

Чтобы вы организовали психолого-педагогическое сопровождение детей с разными рекомендациями ПМПК в условиях высокой загрузки, предлагаю вам мою авторскую разработку. Это программа, которая охватывает наиболее частые из рекомендаций комиссии. Рассказываю об опыте использования программы и предлагаю готовые календарно-тематические планы для детей 5–6 и 6–7 лет, а также образец занятия.



Елена Абазян,
педагог-психолог
дошкольного отдела
«Цветик» ГБОУ
«Школа № 2109»,
Москва

Как я нашла способ унифицировать занятия

Три года назад я столкнулась с большим наплывом детей с ОВЗ в дошкольное отделение и моя загрузка резко возрасла. Я должна была проводить с каждым ребенком коррекционно-развивающую работу, но при этом объем задач по другим моим функциям оставался прежним. Я поняла, что из-за нехватки времени качество моей работы может ухудшиться, если я буду использовать парциальные программы – то есть те, которые направ-

Читайте
в I полугодии
2021 года

лены на развитие только одной сферы личности ребенка. Тогда я проанализировала рекомендации ПМПК для «новеньких» детей с ОВЗ и выяснила, что хотя они были разнородны, большинство из них касалось органического числа областей. Это: развитие коммуникативных, эмоциональных и поведенческих сфер, в частности, воли и произвольной регуляции деятельности, а также развитие самосознания и самооценки. В моей практике этот перечень охватывал рекомендации для 43 из 52 детей с ОВЗ.

Я разработала программу, которая способствует развитию именно с этих сфер, и так смогла унифицировать занятия в группах. Программа подходит для занятий с детьми с ОНР, ТНР, ЗПР и умственной отсталостью, а также занятий в смешанных группах и группах, где нет детей с ОВЗ. Также я выстроила тайминг таким образом, чтобы работать в групповой форме вне зависимости от количества воспитанников.

Какие результаты я получила

Когда я начала работать по программе, то заметила, что у детей с яркими проявлениями трудностей познавательных процессов, воспитанников с ЗПР и умственной отсталостью, улучшилась произвольная регуляция деятельности. А именно: дети научились слушать педагога и сверстников, контролировать свои импульсы, стали лучше понимать, запоминать и воспроизводить возрастную информацию. Дети с ТНР раскрепостились в общении со сверстниками. На занятиях они начали использовать речь, говорить словами, постепенно избавились от жестикулляции и звукокомплексов.

Занятия положительно повлияли на детей без заключения ПМПК, но с трудностями поведения. Уже к 5-му занятию они стали чаще действовать по инструкции и следовать временным ограничениям, пытались самостоятельно контролировать себя в неожиданной ситуации. Эти изменения отмечали воспитатели, которые наблюдали за дошкольниками в течение дня.



№ 1

Семь
мини-тренингов
для педагогов
для второго
полугодия

Быстрая
подписка

8 (800) 511-98-65

У некоторых детей, с которыми я ранее планировала индивидуальную работу по запросу родителей, появились положительные изменения уже на начальных занятиях по программе. В результате я скорректировала план занятий с ними, поскольку эффект от групповой работы был достаточным. Загруженность снизилась, и этот факт позволил мне сфокусироваться на детях, которые наиболее нуждались в индивидуальной помощи.

Какие рекомендации я могу дать коллегам, которые оказались в похожей ситуации

Занимайтесь с детьми по программе с умеренной периодичностью: 2 занятия в месяц, 19 занятий в год. Начинайте каждое занятие вводной беседой. Последовательно давайте воспитанникам задания, чтобы развивать разные сферы личности и формировать самоконтроль. В конце каждого занятия проводите ритуал прощания.

Чтобы одновременно развивать эмоциональную и поведенческие сферы детей, в основной части каждого занятия знакомьте их с эмоциями человека. Постепенно усложняйте содержание занятий, закрепляйте и расширяйте знания детей об эмоциях. Используйте пантомиму, чтобы формировать у воспитанников умение распознавать эмоциональные проявления. При работе с детьми 6–7 лет проецируйте знания об эмоциях на возможные ситуации в школе – в рамках психологической подготовки к ней. Фиксируйте прогресс воспитанников.

Последовательно учите детей соблюдать правила поведения и временный регламент, развивайте у них функцию программирования в процессе игры. На первых занятиях предлагайте детям выполнять действия по образцу взрослого, далее учите их выделять цель действий, выявлять и исправлять свои ошибки. Развивайте у них умение работать без активного контроля со стороны взрослого и создавайте условия для перехода с внешнего контроля на самоконтроль.

Готовая программа педагога-психолога

ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ И ПРОИЗВОЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ С ОВЗ ПОСРЕДСТВОМ ОБУЧАЮЩЕЙ ИГРЫ

Пояснительная записка

Программа развития личностной сферы и произвольности у детей с ОВЗ посредством обучающей игры основывается на следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документах:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», зарегистрирован Минюстом России 22.12.2009, рег. № 17785;
- приказ Министерства образования и науки РФ от 24.03.2009 № 95 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогических консилиумах»;
- Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования – От рождения до школы / Под ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильевой. – М., 2014.

Программа ориентирована на психолого-педагогическую поддержку детей с ОВЗ старшего дошкольного возраста, у которых проявляются трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, произвольной регуляции деятельности, в области самосознания и самооценки. Программа помогает находить способы, чтобы преодолеть эти трудности у дошкольников в процессе обучающей игры.

Программа представляет собой систему из 36 коррекционно-развивающих занятий в течение двух лет: 18 занятий для детей 5–6 лет и 18 занятий для детей 6–7 лет. Периодичность занятий по программе – 2 занятия в месяц в течение учебного года, с сентября по май. Продолжительность одного занятия – 30 минут в соответствии с рекомендациями по продолжительности занятий в старшем дошкольном возрасте. Работа по программе проводится в групповом или подгрупповом формате, в том числе в инклюзивных группах.

Цель программы – развивать личностную сферу и произвольность старших дошкольников с ОВЗ.

Задачи программы:

- развивать эмоциональную сферу детей, знакомить их с основными эмоциями – радостью, грустью, злостью, страхом, удивлением, обидой, отвращением, удовольствием, скукой, интересом, стыдом, восхищением; закреплять у детей знания об основных эмоциях;
- развивать у детей навыки распознавать свои эмоциональные проявления и эмоциональные проявления других людей по мимике, пантомиме, голосу, а также определять эмоции по схематическим изображениям и графическим образам;
- развивать у детей умение открыто проявлять эмоции и чувства различными социально приемлемыми способами: словесными, физическими, творческими;
- снижать психоэмоциональное напряжение в коллективе дошкольников, способствовать коррекции тревожности, а также неуверенности и нерешительности – в ситуациях выбора, негативных ожиданий, в соревновательных ситуациях;
- развивать у детей умение конструктивно справляться с отрицательными эмоциями – грустью, страхом, гневом, отвращением, скукой, стыдом; способствовать преодолению обидчивости у детей; способствовать преодолению страхов;
- формировать у детей навыки саморегуляции и самоконтроля; формировать произвольность;
- развивать функцию программирования в процессе игровой деятельности;
- развивать у детей умение соблюдать правила, ритуалы, а также временный регламент;
- развивать у детей систему самосознания и самооценки, а также рефлексивные способности; формировать у них позитивное отношение к своему «Я», повышать уверенность в себе;
- формировать и развивать у детей коммуникативные навыки: умение взаимодействовать в коллективе, работать в парах и группах, уважать мнение окружающих; развивать у детей способность к эмпатии, сопереживанию;
- развивать выразительные движения детей, телесную экспрессию – как средство самовыражения и общения.

Календарно-тематический план для детей 5-6 лет

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Блок диагностики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа 2. Диагностика коммуникативной сферы 3. Диагностика эмоциональной сферы 4. Диагностика произвольности 5. Диагностика самооценки, самосознания 	Сентябрь
Занятие 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство, упражнение «Делай, как я» (Куражева)*, упражнение «Самое интересное лето» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Знакомство с эмоцией: радость», «Когда мы радуемся», «Покажи эмоцию радости с помощью...» (Абазян) 3. Анализ наглядного образа, который состоит из простых элементов: дети рассматривают игрушки мальчика и девочки, мужчины и женщины (Бабкина) 4. Упражнения: «Я маленький, я большой», «Я расту», «Интервью» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Сентябрь
Занятие 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнения «Совместное рисование» (Куражева), «Девочки-мальчики умеют...», «Я люблю...» (Хухлаева) 2. Упражнения «Найди эмоцию: грусть», «Когда мы грустим», «Покажи эмоцию грусти с помощью...», «Что делать, когда грустно» 3. Анализ наглядного образа, который состоит из простых элементов: дети рассматривают картинки мальчика и девочки, мужчины и женщины 4. Упражнение «Что любят мальчики, что любят девочки?» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Октябрь
Занятие 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнения «Подарок» (Куражева), «Какие девочки, какие мальчики», «Что любят мальчики, что любят девочки» (Хухлаева) 2. Упражнение «Найди эмоцию: злость», «Когда мы злимся», «Покажи эмоцию злости с помощью...», «Что делать, когда злимся» 3. Поэлементное копирование образца под руководством взрослого и целостное копирование образца под руководством взрослого: дети повторяют серию движений за взрослым и потом целостно воспроизводят их 4. Упражнения «Превращаем Танечку, превращаем Ванечку» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Октябрь

* Здесь и далее: авторы рекомендуемых игр и упражнений.

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнения «Акулы-рыбки» (Хухлаева), «Доброе тепло» (Куражева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: страх», «Когда мы боимся», «Покажи эмоцию страха», «Что делать, когда боимся» 3. Поэлементное копирование образца под руководством взрослого и целостное копирование образца под руководством взрослого: дети повторяют серию движений сказочных персонажей, о которых пойдет речь в следующем упражнении, и целостно воспроизводят их в самом упражнении 4. Упражнение «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь превращусь» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Ноябрь
Занятие 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, беседа о маме «Как я люблю свою маму», беседа о папе «Как я люблю своего папу» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Знакомство с эмоцией: обида», «Когда мы обижаемся», «Покажи эмоцию обиды», «Что делать, когда обиделся» (Абазян) 3. Поэлементное копирование образца под руководством взрослого и целостное копирование образца под руководством взрослого: игра «Сосульки, сугробы, снежинки» (Куражева) 4. Упражнения «Волшебное животное», «Погодный массаж» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Ноябрь
Занятие 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнения: «Кидаемся словами», «Хочу – не хочу» (Хухлаева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: удивление», «Когда мы удивляемся», «Покажи эмоцию удивления» (Абазян) 3. Исправление ошибок по указанию взрослого: игра «Правильно-неправильно» (Куражева) 4. Игра «Твое имя похоже...» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Декабрь
Занятие 7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнения: «Я знаю пять имен своих друзей», «Поругаемся руками» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Знакомство с эмоцией: отвращение», «Когда мы испытываем отвращение», «Покажи эмоцию отвращения», «Что делать, когда испытываешь отвращение» (Абазян) 3. Исправление ошибок по указанию взрослого: игра «Запретное движение» (Куражева) 4. Упражнение «Кто сильнее любит» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Декабрь
Занятие 8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игры: «Угадай жест», «Объясни без слов» (Куражева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: удовольствие», «Когда мы испытываем удовольствие», «Покажи эмоцию удовольствия» (Абазян) 3. Формирование навыка давать словесный отчет о действиях по заданию: игра «Подарок» (Куражева) 4. Игра «Комплимент» (Куражева), «Массаж чувствами» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Январь

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Подмигалы» (Куражева), «Поругаемся руками» (Хухлаева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: скука», «Когда мы испытываем скуку», «Что делать, когда испытываешь скуку» (Абазян) 3. Формирование эмоционального отношения к познавательной деятельности: игра «Разведчики» (Куражева) 4. Игра «Все, кого я люблю» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Январь
Занятие 10	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Чи колени» (Хухлаева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: интерес», «Когда мы испытываем интерес», «Что делать, когда испытываешь интерес» (Абазян) 3. Формирование функционального уровня произвольной регуляции: произвольного внимания, произвольного запоминания; игра «День и ночь» (Куражева) 4. Игра «Вулкан» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Февраль
Занятие 11	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Запретное движение» (Куражева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: стыд», «Когда мы испытываем стыд», «Что делать, когда испытываешь стыд» (Абазян) 3. Формирование умения принимать и выполнять несложные задания под непосредственным контролем психолога: игра «Профессии» (Куражева) 4. Упражнение «Крылья» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Февраль
Занятие 12	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игры: «Разговор частей тела», «Угадай, кто зарычал» (Хухлаева) 2. Упражнения «Знакомство с эмоцией: восхищение», «Когда мы испытываем восхищение», «Покажи эмоцию восхищения» (Абазян) 3. Формирование навыка осознанно выделять общую цель задания: игра «Что с друзьями найдем на чердаке» (Куражева) 4. Упражнение «Рисование себя с другом» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Март
Занятие 13	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Найди друга» (Куражева) 2. Упражнения «Радость, грусть, злость», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Формирование навыка определять и озвучивать правила заданий: игра «Верно-неверно» (Куражева) 4. Игра «Потерялась девочка» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Март
Занятие 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Встань, на кого я смотрю» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Страх, обида, удивление», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Формирование навыка определять и озвучивать правила заданий: игра «Не послушай свое имя» (Куражева) 4. Игра «Птенец в яйце» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Апрель

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Я змея...» (Куражева) 2. Упражнения: «Отвращение, удовольствие, скука», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Анализ наглядного образа, который состоит из простых элементов: игра «Сказочные герои» (Куражева) 4. Игра «Имя шепчет ветерок» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Апрель
Занятие 16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа «Я хочу с тобой подружиться» (Хухлаева) 2. Упражнения «Интерес, стыд, восхищение», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Формирование функционального уровня произвольной регуляции: произвольного внимания, произвольного запоминания; игра «Люди к людям» (Куражева) 4. Игра «Какой я» (Куражева) 5. Ритуал прощания 	Май
Занятие 17	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Волшебное животное» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Радость, грусть, злость, страх, обида, удивление, отвращение, удовольствие, скука, интерес, стыд, восхищение», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Формирование функционального уровня произвольной регуляции: произвольного внимания, произвольного запоминания; игра «Ехал грека...» (Хухлаева) 4. Игра «Волшебный стул» (Куражева) 5. Ритуал прощания 	Май

Календарно-тематический план для детей 6-7 лет

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Блок диагностики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа 2. Диагностика коммуникативной сферы 3. Диагностика эмоциональной сферы 4. Диагностика произвольности 5. Диагностика самооценки, самосознания 	Сентябрь
Занятие 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство, игры: «Делай, как я» (Куражева), «С кем я дружил летом» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Радость, грусть, злость», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Планирование этапов, как выполнить упражнение – совместно со взрослым, а также само упражнение «На что похоже настроение» (в модификации Куражевой): дети говорят, на какое время года, цвет или фрукт похожа эмоция 4. Игра «Волшебник» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Сентябрь

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Помоги другу, или Самая дружная пара» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Страх, обида, удивление», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Планирование этапов, как выполнить упражнение совместно со взрослым, а также само упражнение «Солнечный лучик» (Куражева) 4. Игра «Пересядьте все те, кто...» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Октябрь
Занятие 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игры: «Маша - настоящий друг, потому что...», «Настоящий друг в нашей группе» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Отвращение, удовольствие, скука», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Оценка своих результатов совместно со взрослым, игра «Коровы, собаки, кошки» (Хухлаева) 4. Игра «Пропой свое имя» (Куражева) 5. Ритуал прощания 	Октябрь
Занятие 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Кого укусил комарик» (Хухлаева) 2. Упражнения: «Интерес, стыд, восхищение», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Оценка своих результатов совместно со взрослым, игра «Слушай команду, не запутайся»: дети выполняют инструкции по кругу, потом обсуждают и оценивают результаты (Куражева) 4. Игра «Волшебный стул» (Куражева) 5. Ритуал прощания 	Ноябрь
Занятие 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Я рад вас видеть!» (Куражева) 2. Упражнения: «Радость, грусть, злость, страх, обида, удивление, отвращение, удовольствие, скука, интерес, стыд, восхищение», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Самостоятельное исправление ошибок, игра «Построй колонну, шеренгу, круг» (Куражева) 4. Игра «Вулкан» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Ноябрь
Занятие 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Необычные прыжки» (Куражева) 2. Упражнения: «Радость, грусть, злость, страх, обида, удивление, отвращение, удовольствие, скука, интерес, стыд, восхищение», «Покажи эмоции» (Абазян) 3. Словесный отчет детей по этапам их действий: упражнение «Внимание! Внимание!» (Куражева) 4. Терапевтическая сказка: «Сказка о двух братьях и сильной воле» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Декабрь
Занятие 7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Перышко» (Куражева), «Школьные принадлежности» (Хухлаева) 2. Упражнение «Школьные чувства»: радость, грусть, злость (Хухлаева) 3. Словесный отчет детей по этапам их действий, игра «Солнечный лучик» с проговариванием действий 4. Упражнение «Когда мне удалось быть сильным» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Декабрь

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игры: «Эстафета дружбы» (Куражева), «Так делает учитель» (Хухлаева) 2. Упражнение «Школьные чувства»: страх, обида, удивление (Хухлаева) 3. Формирование навыка следовать цели задания и помнить о его правилах в течение всего времени, пока дети его выполняют: игра «Хочукалка» (Хухлаева) 4. «Сказка о котенке Саше» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Январь
Занятие 9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Мостик дружбы» (Куражева) 2. Упражнение «Школьные чувства»: отвращение, удовольствие, скука (Хухлаева) 3. Формирование навыка следовать цели задания и помнить о его правилах в течение всего времени, пока дети его выполняют: игра «Если я котенок Саша» (Хухлаева) 4. Рисование «Человек с сильной волей» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Январь
Занятие 10	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Мячик» (Куражева) 2. Упражнение «Школьные чувства»: интерес, стыд, восхищение (Хухлаева) 3. Формирование навыка составлять программу действий совместно со взрослым: игра «Солнечные лучики» (Куражева) 4. Упражнение «Когда мне удалось быть сильным» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Февраль
Занятие 11	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Ладочки» (Куражева) 2. Упражнения: «Положительные-отрицательные эмоции в школе, «Отрицательные эмоции в школе. Что делать, когда испытываешь грусть» (Абазян) 3. Формирование навыка составлять программу действий совместно со взрослым: упражнение «Что сначала, что потом» (Куражева) 4. Терапевтическая сказка: «Сказка о котенке Саше» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Февраль
Занятие 12	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Давайте поздороваемся!» (Куражева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь гнев» (Абазян) 3. Формирование развернутой саморегуляции в процессе, когда ребенок выполняет действия по программе; проговаривание действий: упражнение «Если я котенок Саша» (Хухлаева) 4. Рисунок «Я преодолел эти горы» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Март
Занятие 13	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игра «Наши помощники» (Куражева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь страх» (Абазян) 3. Формирование развернутой саморегуляции в процессе, когда ребенок выполняет действия по программе; проговаривание действий: игра «Зеваки» (Куражева) 4. «Как Яшук поступал в Дом Учености» (Самойлова) 5. Ритуал прощания 	Март

Номер занятия	Тема, содержание	Период
Занятие 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, игры: «Так делает учитель», «Так делает ученик» (Хухлаева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь обиду» (Абазян) 3. Формирование навыка работать без активного контроля со стороны взрослого, постепенный переход с внешнего контроля на самоконтроль; упражнения: «Якалки», «Кто последний встанет», «Смехунчик» 4. Упражнение «Яшok и буква А» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Апрель
Занятие 15	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Мимика и жесты» (Куражева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь отвращение» (Абазян) 3. Формирование навыка работать без активного контроля со стороны взрослого, постепенный переход с внешнего контроля на самоконтроль; упражнение «Двигательный диктант» (Хухлаева) 4. Рисование «Нарисуй себя в школе» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Апрель
Занятие 16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Эстафеты дружбы» (Куражева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь стыд» (Абазян) 3. Формирование адекватной самооценки: упражнение «Ваню в школу провожать – надо нам поколдовать...» (Хухлаева) 4. Беседа «Наши отношения» (Куражева) 5. Ритуал прощания 	Май
Занятие 17	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводная беседа, упражнение «Дуэт» (Куражева) 2. Упражнение «Что делать, когда в школе испытываешь скуку» (Абазян), «Раз, два, три – эмоция замри» (Хухлаева) 3. Формирование адекватной самооценки: упражнение «Вспомни имена своих друзей» (Куражева) 4. Рисование «Нарисуем себя в школе» (Хухлаева) 5. Ритуал прощания 	Май

С. 9 из 9

*Скачайте программу
на e.psihologsad.ru*

Конспект занятия по программе

ЗАНЯТИЕ 2 ИЗ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ

Вводная беседа

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Мы продолжаем серию наших занятий. И первое, что я хочу узнать от вас сегодня, – что вы помните с прошлого занятия? О чем мы говорили и что делали?

Дети предлагают варианты ответов. Педагог-психолог использует эти варианты, чтобы на их основе познакомить детей с повесткой текущего занятия. После этого он сразу же предлагает первую игру.

Игра «Помоги другу, или Самая дружная пара»

Дети делятся на пары. Педагог-психолог раскладывает крупные игрушки на полу между двумя стульями. По одному ребенку из пар завязывают глаза. Задача второго ребенка – провести партнера от стула к стулу так, чтобы не сбить игрушки и не задеть другие пары. После этого ведущий и ведомый меняются местами. После игры педагог-психолог опрашивает детей, что они чувствовали с закрытыми и открытыми глазами, какая роль им больше понравилась.

Упражнение «Страх, обида, удивление»

Педагог-психолог: Ребята, теперь присядьте и сосредоточьтесь на картинке, которую я вам сейчас покажу. Посмотрите на нее и вспомните, когда вы в последний раз испытывали такую же эмоцию.

Педагог-психолог предлагает детям посмотреть на картинку с эмоцией «страх». Во время беседы об отрицательной эмоции он обращает внимание воспитанников не на событие, которое ее могло вызвать, а на форму, в которой выразилась реакция на событие, – в отличие от беседы о положительной эмоции. После того как дети по очереди расскажут об эмоции страха в своей жизни, педагог-психолог просит их предложить выход из этого состояния.

Педагог-психолог: Ребята, а что делать, когда нам страшно? Как успокоиться? Что сделать, чтобы не было страшно?

Дети отвечают на его вопросы по очереди или поднимают руки, чтобы ответить. Педагог-психолог выбирает из ответов приемлемые выходы из эмоции страха – те, которые «работают на практике». При этом он не оценивает ответы детей – кто ответил правильно, а кто неправильно. После этого он аналогичным образом опрашивает детей об эмоциях «обида» и «удивление». При этом важно не забывать, что детей в группе много, каждый из них хочет высказать свое мнение, однако время занятия ограничено. Поэтому педагог-психолог стремится организовать занятие так, чтобы на каждый вопрос по очереди ответили 4–8 детей, и в результате вся группа была активна.

Упражнение «Покажи эмоцию с помощью...»

Педагог-психолог дает детям задание вместе показать эмоцию страха – но сделать это с помощью только одной части тела. Он просит детей самостоятельно придумать, как именно каждый из них хочет показать эмоцию: например, кто-то из детей покажет страх с помощью дрожащей руки, другой спрячет руку, третий – уберет руку под стол. После упражнения педагог-психолог обращает внимание детей на то, что страх может выражаться по-разному.

С. 2 из 4

Желательно поочередно использовать две части тела. Например, после того как дети покажут страх руками, они попробуют сделать то же самое с помощью глаз – при этом можно прикрывать нижнюю часть лица листом бумаги. Аналогичным образом педагог-психолог просит воспитанников показать эмоции обиды и удивления – но уже с помощью других частей тела.

Упражнение «Солнечный лучик»

Педагог-психолог просит детей сесть на стульчики, которые стоят по кругу, и закрыть глаза. Далее он читает текст упражнения, а дети выполняют инструкции: открывают глаза, шевелят бровями, морщат носы, шевелят губами и т. д.

Педагог-психолог: Мы работали, устали, сели отдохнуть и задремали. Но вот солнечный лучик... Коснулся глаз – откройте глаза! Коснулся лба – пошевелите бровями! Коснулся носа – наморщите нос! Коснулся губ – пошевелите губами! Коснулся подбородка – подвигаете челюстью! Коснулся плеч – опустите и поднимите плечи! Коснулся рук – потрясите руками! Коснулся ног – лягте на спину и подрыгайте ногами! Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся – вставайте, ребята.

Игра «Пересядьте все те, кто...»

Педагог-психолог: Ребята, мы все очень разные и в то же время чем-то похожи друг на друга. В первой части этого утверждения – в том, что мы разные – мы уже убедились, когда говорили о разных формах, в которых проявляются эмоции. А сейчас мы убедимся в том, что все мы чем-то похожи. Садитесь на свои стульчики.

Педагог-психолог дает детям инструкции, кому из них пересаживаться. Дети выполняют задания.

Педагог-психолог: Пересядьте все, кто любит мороженое... Кто любит плавать в реке... Кому нравится ложиться спать вовремя... Кто любит убирать игрушки...

Дети сначала просто играют, а затем делают вывод, что у них действительно есть много общего.

Ритуал прощания

Педагог-психолог подводит итог занятию: вместе с детьми перечисляет темы бесед, игры и упражнения, которые они выполнили. Потом он предлагает завершить занятие с помощью постоянного ритуала прощания. Педагог-психолог начинает проговаривать текст ритуала, а дети подхватывают: «Раз, два, три, четыре, пять – мы закончили играть».

С. 4 из 4

*Скачайте сценарий занятия
на e.psihologsad.ru*

План докладов педагога-психолога на новый учебный год

Чтобы запланировать ваши выступления на педсоветах и зафиксировать их в перспективном плане, воспользуйтесь рекомендациями от методиста с 25-летним стажем работы в органах управления образованием и педорганizations. Возьмите за образец готовый план докладов с августа. В течение учебного года вы получите пять текстов докладов из этого плана, первый – уже в этом номере.

Воспользуйтесь рекомендациями методиста и идеями тем докладов, когда будете планировать ваши выступления на педсоветах в новом учебном году. Исходите из фактических сложностей взаимодействия в педколлективе и вашей циклограммы работы. Опросите педагогов об их актуальных проблемах и создайте банк тем выступлений. Ориентируйтесь на готовый план докладов и шпаргалку с рекомендациями, как подготовиться к выступлению.

Проведите самоанализ и проанализируйте документацию

Проведите самоанализ работы за предыдущий учебный год. Создайте перечень проблем, которые вам было сложно решить из-за трудностей взаимодействия участников образовательных отношений. Сформулируйте темы, которые следует обсудить для профилактики подобных проблем, – например, проговорить проблему конфликтов между родителями и педагогами и нюансы психологического микроклимата в группах.



Ольга Пронина,
эксперт журнала,
методист

Определите, какие вопросы будут актуальны в августе, сентябре – октябре, декабре, марте, мае в соответствии с вашей циклограммой работы. Проанализируйте, по каким из этих вопросов понадобится принять совместные решения с педагогами – например, по вопросам создания зон психологической разгрузки, взаимодействию с детьми группы риска. По каждому вопросу пропишите основные тезисы выступления. Ориентируйтесь на рекомендации из шпаргалки → 29.

Подумайте, какие наиболее яркие результаты вашей работы вы получите в середине и конце учебного года. Исходите из программ, по которым работаете, и задач, которые вы перед собой поставили. Включите доклады об этих результатах в план. В конце учебного года запланируйте итоговый доклад.

Ориентируйтесь на темы консультаций и результаты опросов

Проведите анкетирование педагогов и выявите, какие темы они хотели бы обсудить на педагогическом совете с вашим участием. Выясните, есть ли у руководства детского сада пожелания по вашим выступлениям. На консультациях с заведующим, старшим воспитателем, педагогами и специалистами задавайте вопросы, какие проблемы взаимодействия между участниками образовательных отношений важно осветить с психологической точки зрения.

Создайте банк тем выступлений и в течение года постоянно пополняйте его. Фиксируйте проблемные моменты в работе – наиболее сложные ситуации, а также ситуации, которые повторяются систематически. Вносите в банк тем наиболее популярные запросы педагогов и родителей, с которыми они приходят к вам на консультации. Готовый банк тем упростит вам планирование на следующий учебный год. Используйте готовый образец плана докладов педагога-психолога на 2020/21 учебный год → 26.

Образец плана докладов

ПЛАН ДОКЛАДОВ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА на 2020/21 учебный год

Месяц	Тема доклада	Что включить в доклад
Август	Адаптация детей: как грамотно организовать	<ul style="list-style-type: none"> – Рекомендации педагога-психолога, как оформить групповую комнату; – как организовать утренний прием воспитанников в детский сад в период адаптации; – как воспитателям провести анкетирование родителей на тему «Готов ли ребенок к детскому саду?» и на что обратить внимание при обработке анкет; – что и как обсудить с родителями будущих воспитанников на первом родительском собрании; – какие приемы помогут снизить уровень психостресса у детей и родителей в период адаптации; – как организовать игровую деятельность в период адаптации
	Психолого-педагогический портрет семьи: что важно узнать от родителей о семейном воспитании	<ul style="list-style-type: none"> – Почему воспитателю важно знать о стилях семейного воспитания детей; – какую информацию об особенностях семейного воспитания ребенка нужно получить у родителей; – как корректно спросить о стиле воспитания ребенка в семье; – в каких случаях воспитатель обязан посетить семью воспитанника; – как правильно организовать и провести визит в семью; – как заполнить акт психолого-педагогического обследования семьи
	Новообразования младшего дошкольного возраста: что важно знать воспитателю	<ul style="list-style-type: none"> – Почему детям трудно адаптироваться к детскому саду; – как протекают возрастные кризисы в младшем дошкольном возрасте; – какое поведение детей раннего и младшего дошкольного возраста свидетельствует о возрастной норме психического развития и об отклонении от нее; – какие элементы игротерапии и сказкотерапии включать в занятия
Октябрь	Как создать благоприятный психологический микроклимат в группе	<ul style="list-style-type: none"> – Как психоэмоциональное напряжение влияет на здоровье детей; – какие релаксационные игры помогут снять психоэмоциональное напряжение у детей; – как создать в группе зону психологической разгрузки – «место психологической силы»

Месяц	Тема доклада	Что включить в доклад
	Как воспитателю работать с детьми группы риска	<ul style="list-style-type: none"> – Каковы психологические особенности детей группы риска; – какие есть признаки семейного неблагополучия ребенка в его поведении; – каковы индикаторы семейного насилия; – как организовать реабилитацию детей, которые страдают от гипер- и гипопеки
Декабрь	Как сохранить психологическое здоровье детей	<ul style="list-style-type: none"> – Что такое психологическое здоровье ребенка; – как применять здоровьесберегающие психотехники в работе воспитателя; – что такое токсичное поведение и как оно влияет на психологический микроклимат; – какие правила гармоничного общения с ребенком нужно соблюдать; – что такое психологический микроклимат в группе и как он влияет на качество обучения
	Творческий подход к выбору игр для развития познавательных процессов дошкольников	<ul style="list-style-type: none"> – Как применять возрастной подход при выборе игр для дошкольников; – что такое развивающая игра и как научить детей играть; – как научить детей придумывать игры; – какие игры для развития творческого воображения, мышления, памяти, речи использовать на занятиях
	Как организовать развивающее обучение детей	<ul style="list-style-type: none"> – Что такое зона актуального и ближайшего развития; – почему важно опираться на зону ближайшего развития в процессе обучения дошкольников; – как формулировать задания детям с опорой на зону ближайшего развития; – как определять меру самостоятельности детей, когда они выполняют задания воспитателя
Март	Ребенок с особенностями, или «особенный ребенок»: как работать воспитателю	<ul style="list-style-type: none"> – Какие есть категории детей с особыми образовательными потребностями; – что нужно учитывать при разработке индивидуального образовательного маршрута; – как организовать индивидуальный подход и индивидуализацию воспитания и обучения; – как работать с «особенными родителями» «особенных детей»; – как проявляется одаренность в дошкольном возрасте; – как работать с детьми со статусом ОВЗ и ребенка-инвалида: особенности подходов в обучении и воспитании
	Эмоциональность или психоэмоциональная нестабильность воспитателя: как не перейти грань между профессионализмом и профессиональной деформацией	<ul style="list-style-type: none"> – Каковы признаки здоровой эмоциональности воспитателей; – какие бывают пограничные психоэмоциональные состояния воспитателей; – как провести профилактику психоэмоционального выгорания; – как избежать стресса и профессиональной деформации

Месяц	Тема доклада	Что включить в доклад
Май	Готовность выпускников детского сада к обучению в школе: как обеспечить	<ul style="list-style-type: none"> – Психокоррекционные мероприятия для детей со средним и низким уровнем развития готовности к школе; – картотека упражнений для подготовки детей к школе; – рекомендации для родителей и игры для подготовки детей к школе
	Как организовать летний отдых дошкольников	<ul style="list-style-type: none"> – Как организовать отдых детей с пользой для их психологического развития; – что посоветовать родителям, которые организуют отдых детей вне детского сада
	Итоговый доклад педагога-психолога по результатам учебного года	<ul style="list-style-type: none"> – Содержание деятельности педагога-психолога в течение учебного года; – оценка объема работы за год; – ответ на вопрос, какие проблемы удалось решить; – количественные и качественные результаты работы, фотоотчет; – актуальные психолого-педагогические проблемы в начале и в конце учебного года; – перспективы развития психолого-педагогической службы на будущий учебный год

*Скачайте план докладов
на 2020/21 учебный год
на e.psihologsad.ru*

Как подготовиться к докладу на педсовете

Составьте план доклада

Сформулируйте основные вопросы, на которые нужно ответить, чтобы раскрыть тему доклада. Ограничьтесь тремя-четырьмя вопросами.

Определите последовательность вопросов

Чтобы доклад был интересным, исходите из принципа «сначала самое важное». По тому же принципу отведите больше времени на те из вопросов, которые волнуют педагогов. При этом помните о регламенте.

Распределите информацию

Оцените, достаточно ли у вас материала, чтобы ответить на поставленные вопросы. Если материала недостаточно – изучите дополнительную литературу, соберите фактический материал с помощью статистических методов исследования: анкетирования, беседы, опросов. Распределите информацию в соответствии с планом доклада.

Подведите итог

В конце доклада сформулируйте выводы и предложения, которые могут послужить решением педагогического совета. Предложите сроки выполнения предложений.



Подготовьте тезисы и примеры к ним

Составьте текст доклада или тезисы – это зависит от вашего опыта публичных выступлений. Обязательно приведите практические примеры, которые будут иллюстрировать теоретические положения или ваши аргументы.

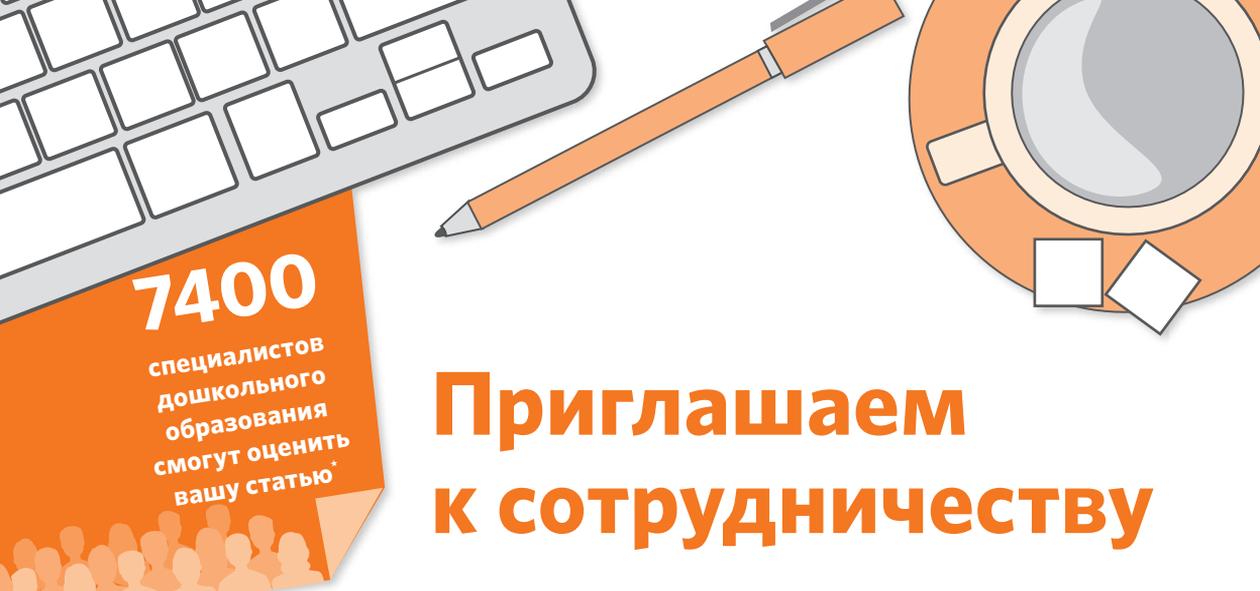
Подготовьте иллюстрации

Используйте визуальный ряд. Подготовьте иллюстрации, стендовый доклад, мультимедийную презентацию или фотоотчет на ваш выбор.

Проверьте хронометраж

Убедитесь, что вы не выходите за пределы регламента. Прочтите доклад несколько раз, при этом ведите хронометраж.

*Скачайте шпаргалку
на e.psihologsad.ru*



7400

специалистов
дошкольного
образования
смогут оценить
вашу статью*

Приглашаем к сотрудничеству

Уважаемый читатель!

Вы накопили достаточный психолого-педагогический опыт, имеете свои инновационные разработки в сфере психологии образования и готовы ими поделиться?

Приглашаем вас стать автором журнала.

Присылайте свои материалы на электронный ящик:

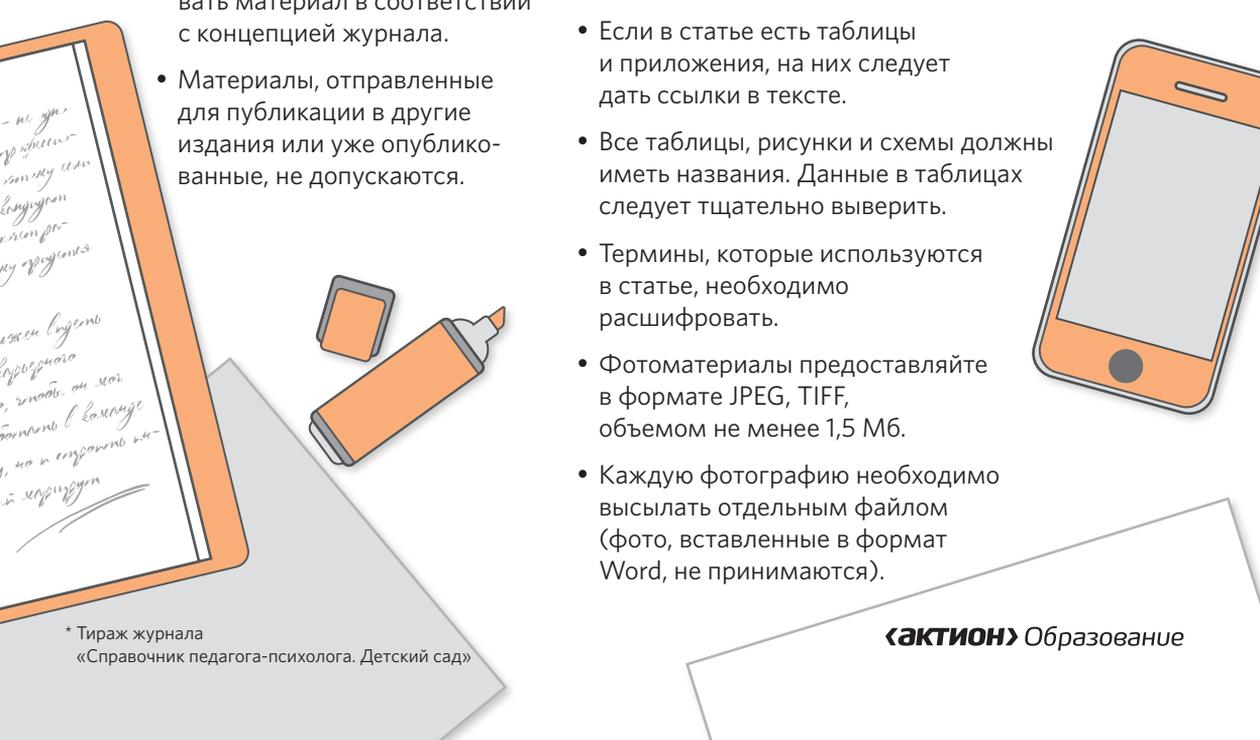
psi_sad@mcfrru

Условия публикации:

- Редакция оставляет за собой право сокращать и редактировать материал в соответствии с концепцией журнала.
- Материалы, отправленные для публикации в другие издания или уже опубликованные, не допускаются.

Требования:

- Материалы необходимо присылать по электронной почте в текстовом редакторе Word.
- Если в статье есть таблицы и приложения, на них следует дать ссылки в тексте.
- Все таблицы, рисунки и схемы должны иметь названия. Данные в таблицах следует тщательно выверить.
- Термины, которые используются в статье, необходимо расшифровать.
- Фотоматериалы предоставляйте в формате JPEG, TIFF, объемом не менее 1,5 Мб.
- Каждую фотографию необходимо высылать отдельным файлом (фото, вставленные в формат Word, не принимаются).



* Тираж журнала
«Справочник педагога-психолога. Детский сад»

Готовое выступление на педсовете в августе: как узнать о воспитании в семье

Воспользуйтесь готовым текстом доклада на август из плана на 2020/21 учебный год. Расскажите педагогам, как им узнавать о семейном воспитании детей, чтобы совместными усилиями корректировать их проблемы поведения.

В августе расскажите педагогам, как опрашивать родителей о семейном воспитании. Выдайте им рекомендации с помощью готового текста доклада. Чтобы педагоги лучше усвоили информацию, структурируйте свое выступление.

О чем рассказать на педсовете

Объясните педагогам, какая информация о воспитании ребенка им пригодится и как корректно задать вопросы родителям. Расскажите им, в каких документах фиксировать данные. Уточните, в каких случаях педагог обязан посетить семью лично и как организовать визит.

Как структурировать свое выступление

Во вступительной части озвучьте главную проблему – скажите, в каких случаях для педагогов будут актуальны вопросы, которые вы затрагиваете. Сформулируйте три главных вопроса основной части доклада и держите их в уме. Последовательно раскрывайте их, начиная с основополагающего. Некоторые вопросы будет уместно разбить на подпункты. Например, в разговоре о том, как собрать информацию, уместно проговорить способы, чтобы наладить контакт с семьей и зафиксировать данные.



Ольга Пронина,
эксперт журнала,
методист

Доклад педагога-психолога

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ СЕМЬИ:

что педагогам важно узнать о семейном воспитании от родителей

ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ. Когда необходимо составить психолого-педагогический портрет семьи воспитанника

Здравствуйте, коллеги! Сегодня мы поговорим о случаях, когда адаптация воспитанников к детскому саду протекает особенно тяжело и когда дети начинают испытывать сложности после длительного пребывания дома на самоизоляции. В этих случаях причина сложностей скорее всего связана с обстановкой в семьях воспитанников, и тогда нам необходимо узнать о стиле семейного воспитания и составить психолого-педагогический портрет семьи. Чтобы определить источник проблемы и оказать родителям методическую помощь, педагог-психолог и воспитатели должны приложить совместные усилия. И это особенно важно в семьях с детьми с ограниченными возможностями здоровья, так как в них возрастает значение семьи как института социализации ребенка. Дело в том, что семья – это место, где ребенок может чувствовать себя абсолютно защищенным и любимым, и неконструктивный стиль семейного воспитания неизбежно будет влиять на развитие дошкольника.

ВОПРОС 1. Какую информацию получить о семейном воспитании и как это сделать корректно

Когда вам нужно собрать информацию о стиле воспитания в семье, придерживайтесь общего плана. План поможет вам получить цельную картину детско-родительских взаимоотношений и синхронизирует ваши усилия с усилиями педагога-психолога. Разделите всю информацию, которую вы запрашиваете, на восемь категорий:

- общие сведения о семье: состав семьи, образование родителей, профессия, увлечения;
- семейная атмосфера; привычный тон общения в семье, к которому привыкли дети – доброжелательный, строгий, требовательный, нейтральный; характер отношений в семье – например, содружество и взаимопомощь, противостояние и конфликтность, мирное сосуществование, равнодушие;

С. 1 из 4

- цели и задачи семейного воспитания детей в формулировке родителей; пожелания родителей, что они хотели бы получить от педагогов детского сада в плане воспитания ребенка;
- приоритеты семьи в воспитании детей – например, здоровье, развитие способностей, раннее образование, развитие нравственных качеств, развитие умственных способностей, коррекция недостатков развития;
- особенности семейного воспитания: кто из родителей и других взрослых родственников принимает активное участие в воспитании ребенка, как они оценивают качество своих воспитательных усилий, есть ли конфликты, согласованы ли взгляды на воспитание разных членов семьи;
- формы совместной деятельности и досуга в семье – например, дети активно вовлечены в семейные дела, у них есть свои обязанности или они отстранены от семейных дел; ответы на вопросы, организуется ли время общего досуга и насколько оно содержательно и интересно для ребенка;
- позиция семьи к детскому саду – например, родители готовы к сотрудничеству, у них потребительская позиция или позиция недоверия, они склонны перекладывать все воспитательные функции и ответственность за воспитание ребенка на детский сад;
- уровень педагогической культуры родителей: есть ли у них специальное педагогическое образование, опыт воспитания детей, практические знания и навыки; насколько эффективны воспитательные стратегии, о которых родители знают и которые они используют; насколько они готовы к педагогическому самообразованию, а также просвещению со стороны специалистов детского сада.

ВОПРОС 2. Как собрать информацию о семейном воспитании

Стремитесь сформировать у родителей верное понимание того, какими мотивами вы руководствуетесь, когда собираете информацию о семье и нюансах воспитания детей. Это важно, поскольку семья – это достаточно закрытая микросреда, и вы рискуете столкнуться с естественным желанием родителей защитить свою жизнь от чужих глаз. Отнеситесь с пониманием к инстинктивному желанию родителей не проявлять излишнюю откровенность, когда вы пытаетесь выяснить, в каких условиях ребенок живет дома. Чтобы сформировать у родителей понимание ваших мотивов, используйте следующий посыл: «Только вы, уважаемые родители, обладаете уникальной информацией о своих детях.

Это только ваше право – воспитывать их так, как вам кажется правильным. А мы, воспитатели, хотим сделать пребывание ребенка в стенах детского сада комфортным для него, и только поэтому нам важно знать о том, к чему привык ребенок в семье». Скажите родителям о преимуществах ситуации, когда процессы семейного воспитания и воспитания в условиях детского сада гармонично дополняют друг друга. Уточните, что это нормально, если вдруг родители испытывают трудности, когда выбирают подход к ребенку: «В каждой семье бывают ссоры и конфликты между родителями и детьми – это естественно. Все дети иногда не слушаются. Если у вас будут возникать сложности с ребенком, то воспитатели и педагог-психолог будут рады поделиться с вами своим опытом и помочь настроить процесс воспитания с учетом возможностей и потребностей ребенка».

При взаимодействии с родителями получайте информацию дозированно, через индивидуальные беседы в период приема и утреннего осмотра детей, а также вечером, когда родители забирают ребенка и спрашивают вас о его поведении и настроении. Если при опросе родителей вы донесете свою мотивацию просто и искренне, скорее всего, они будут рады поделиться с вами информацией. Также часть информации вы можете получить о семье, если организуете общение в малых группах родителей, например во время консультаций или родительских собраний.

Фиксируйте информацию в дневнике педагогических наблюдений, форме-бланке «Социальный паспорт семьи», при необходимости – бланке акта посещения семьи и обследования бытовых условий. Приобщайте заполненные анкеты родителей к папке психолого-педагогического сопровождения ребенка.

ВОПРОС 3. Когда необходим визит в семью и как его организовать

Поговорим о случаях, когда педагог не может сделать вывод о проблемах в семейном воспитании из устной беседы и данных анкетирования. Педагогу необходимо посетить семью ребенка, если у него выражено проявляются признаки из перечня:

- ребенок демонстрирует устойчивое негативное поведение в детском саду; он капризничает, отказывается соблюдать режим, в том числе принимать пищу, спать, гулять; не может взаимодействовать с другими детьми, играть; не способен осваивать образовательную программу;
- на теле ребенка следы ушибов, насилия;

- ребенок проявляет устойчивое агрессивное поведение, склонен к истерикам, драчлив; постоянно проявляет непослушание;
- ребенок всегда неопрятен, его кожные покровы нечистые, одежда в ненадлежащем состоянии; он постоянно голоден;
- в поведении ребенка возникли резкие отрицательные изменения; он вдруг стал замкнут, часто плачет, проявляет тревожность, отказывается от контактов с детьми и взрослыми;
- ребенок жалуется, что в семье к нему относятся плохо.

Чтобы организовать посещение семьи, заблаговременно предупредите родителей и получите их разрешение на ваше посещение. Согласуйте день и время, а также обговорите длительность посещения, чтобы исключить возможные накладки. Составьте план посещения – перечень вопросов, на которые вам нужно получить ответы. В ходе посещения старайтесь быть максимально тактичным. Выстраивайте разговор исключительно о ребенке, условиях его жизни и воспитания. Во время посещения лучше ничего не записывать, так как это может вызвать у родителей ощущение проверки, но по завершению посещения семьи сразу же запишите всю полученную информацию.

Помните, что информация, которую вы получаете от родителей о семейном воспитании, является конфиденциальной и не подлежит разглашению. Однако, если в ходе посещения вы выявили факты нарушения прав ребенка, вы обязаны незамедлительно сообщить об этом руководителю детского сада. В остальном используйте информацию о семейном воспитании, чтобы оптимизировать взаимодействие с ним и его семьей, в том числе:

- разработать индивидуальную программу коррекционной работы;
- формировать индивидуальный подход в воспитании ребенка;
- выбирать тематику индивидуальных и групповых консультаций, родительских собраний, проблемных семинаров и тренингов;
- составлять стенды для родителей, размещать на них востребованную информацию;
- оказывать просветительскую педагогическую помощь семье ребенка.

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ



Пошаговая инструкция первой консультации с семьей → 38

Александра Фокина, эксперт журнала, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н

Что рассказать родителям новых воспитанников на собрании.
Готовый сценарий → 46

Три типа проблем в семье, из-за которых настоящая цель консультации скрыта → 56

Пошаговая инструкция первой консультации с семьей

Мы запускаем цикл статей с описанием техник консультирования. Их разнообразие позволит вам более эффективно справляться с запросами родителей и педагогов. Первая статья в этом цикле пригодится вам уже в августе – это пошаговая инструкция для первой встречи с семьей. Инструкцию и примеры формулировок подготовила **Александра Фокина**, эксперт журнала, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н.



Воспользуйтесь пошаговой инструкцией, чтобы выстроить первую консультативную встречу с семьей. На встрече установите контакт с родителями и ребенком, соберите жалобы и заложите основу для коррекции отношений между членами семьи. В конце встречи сформулируйте первые выводы и расскажите, какой вы видите дальнейшую работу. Структура работы из пяти шагов базируется на модели организации семейных сессий, которую разработал американский психотерапевт Ричард Чазин.

1

шаг

Проясните цель встречи с членами семьи

На начальном этапе установите контакт с семьей и внесите ясность в процедуру и цели работы. Пригласите семью в кабинет, представьтесь и познакомьтесь с ее членами. Представляйтесь по имени-отчеству, но если родители представляются просто по имени, то так и обращайтесь к ним. Никогда не общайтесь с родителями на «ты».

Перейдите к обсуждению цели встречи. Ваша задача – дать ребенку информацию о предстоящей работе и снять его опасения. Часто родители не объясняют ребенку цель работы или связывают ее с тем, что трудности возникли у него самого, например: «ты отвлекаешься на занятиях», «ты дерешься». Это ведет к негативизму и тревоге у ребенка. Поэтому, прежде чем опросить родителей о жалобах, иницируйте обсуждение цели визита с ребенком. Покажите ему, что вы не будете его ругать или «исправлять». Проявите начальную осведомленность о ситуации.

Выслушайте, что скажут члены семьи, если они пожелают. Если никто пока не высказывается, задайте вопрос ребенку: «Что тебе сказали родители о том, что мы сегодня будем делать?», «Как ты думаешь, зачем мы собрались?». Выслушайте ответ ребенка и дайте ему обратную связь о том, правильно ли он понял цель встречи. Если ребенок говорит, что не знает, зачем он здесь, объясните суть своей работы понятными ему словами. Можете добавить, что вы не врач. Если кто-то из членов семьи захочет высказаться на этом этапе, выслушайте. Если родители выражают недовольство ребенком или смеются над ним – например, «Я же тебе объясняла!», «Глупости какие!», «Ой, не могу, надо же такое сказать» – скажите о том, что такое поведение естественно для дошкольника.

Пример. Варианты формулировок, чтобы инициировать обсуждение цели встречи: «Давайте поговорим о нашей цели. Я знаю, что тебе пять лет, это твои мама и папа, и мы поговорим о ...»; «У вас есть кое-какие сложности и мы все будем думать, как с ними справиться».

Пример обратной связи ребенку, после того как он выскажется о цели встречи: «Да, именно так, мы будем говорить о том, что ...»; «Это не совсем так. Твоих родителей действительно беспокоит, что... но я не буду...»; «Ты правда так думаешь? Это не так. Мы будем разговаривать, чтобы лучше понять друг друга и найти способ решить проблемы». Последний пример

подойдет для случаев, когда ребенок называет причиной встречи что-то плохое, например, что вы будете его «лечить», что он «плохой и все из-за этого».

Вариант формулировки, чтобы объяснить суть вашей работы: «Я психолог. Это специалист, который разговаривает с людьми, слушает их и помогает найти решение проблем»; «Психологи – не врачи. Ты не болен, а я не буду назначать никакие лекарства или уколы».

Способы ответить на недовольство родителей: «Так думают очень многие»; «Это естественно, мы пока не работали с Игорем, и он не знает, как именно это будет».

2 шаг

Определите правила поведения

Коротко и понятно назовите правила, которых будете придерживаться на консультациях. Обязательно скажите о том, что в этом кабинете каждый может говорить, что захочет, и что важно выслушать каждого. Подчеркните, что участники встречи могут не отвечать на вопрос, если они не хотят этого делать. Скажите, что беседа конфиденциальна. При этом на протяжении встречи помните об ограничениях вашей конфиденциальности, которые касаются сведений о противоправных действиях → 45.

Во время беседы следите за тем, чтобы каждый член семьи мог высказаться. Если участники беседы перебивают друг друга, напоминайте о правилах. Если один из присутствующих давит на другого – например, просит высказаться, когда другой не хочет говорить – скажите, что так делать не нужно: «Мы поговорим об этом, когда Анна будет готова».

Пример. Вариант формулировки, чтобы прояснить правила поведения: «Каждый из вас может говорить все, что захочет. Мы все должны давать друг другу высказаться. Вы можете не отвечать на какие-то вопросы, если вы к этому еще не готовы. То, о чем мы будем говорить здесь, останется нашей тайной. Наша сегодняшняя встреча продлится 30 минут».

3

шаг

Опросите членов семьи о достоинствах друг друга

На третьем этапе объясните родителям, как именно вы будете фиксировать материалы встречи, и после этого начинайте активный расспрос. Если вы используете диктофонную запись, обсудите этот момент отдельно. Обычно диктофон вызывает настороженность у родителей и может препятствовать откровенной беседе, поэтому делайте аудиозапись, только если все участники беседы согласились.

Третий этап встречи называется «объединением» из-за характера ваших вопросов членам семьи. Предложите им начать беседу с взаимных позитивных высказываний. Попросите участников встречи рассказать вам о собственных сильных сторонах и о достоинствах друг друга. Дайте каждому высказаться и демонстрируйте, что вы активно слушаете говорящего. Если ребенок или кто-то из родителей отказывается говорить о себе, попросите других назвать его сильные стороны, умения и достоинства. Не пропускайте этот этап, так как он имеет значительное терапевтическое воздействие и помогает быстрее продвинуться вперед в работе с семьей.

Пример. Вариант формулировки, чтобы проговорить условия записи разговора, когда вы ведете ее на бумаге: «Я буду записывать кое-что из того, чтобы вы говорите. Это обычная процедура. Мне это необходимо для того, чтобы при необходимости я могла освежить в памяти что-то из нашей беседы. Я храню эти записи под замком у меня в кабинете, и я их никому не показываю».

Вариант формулировки, чтобы начать беседу с позитивных высказываний: «Я прошу всех по очереди рассказать, что у каждого из вас лучше всего получается. Это можно сделать в любой очередности. Опишите, чем вы гордитесь, какие у вас положительные качества. Расскажите мне друг о друге и о самих себе».

4
шаг

Определите основные проблемы взаимоотношений в семье

На четвертом этапе встречи соберите жалобы родителей и уточните их запрос. Это один из важнейших этапов первой консультации. В процессе беседы используйте активный расспрос. Стремитесь услышать мнение каждого участника беседы. Предложите семье показать вам, что происходит сейчас или произойдет в будущем, если ситуация не изменится, а что – если изменится. Для этого можно предложить им разыграть спектакль: использовать марионетки или инсценировать фрагмент из жизни семьи.

Зафиксируйте жалобы и запросы членов семьи и резюмируйте их. Сформулируйте первичные варианты запроса – то есть, варианты задачи, которая требует решения. Если участники встречи захотят что-то добавить или уточнить в процессе того, как вы озвучиваете их запрос, – также зафиксируйте это. Скорректируйте запрос и добейтесь такой формулировки, чтобы она устраивала всех членов семьи и была в пределах вашей компетенции.

Пример. Варианты формулировок, чтобы собрать жалобы участников беседы: «Что вас беспокоит? Что именно не нравится? Что сложнее всего? Как вы это объясняете? Каких изменений вы бы хотели? Что, по вашему мнению, помогло бы вашей семье жить лучше и счастливее?». Варианты формулировок, чтобы уточнить запрос: «Что должен прекратить делать Костя? Что он мог бы делать вместо этого? Давайте представим, что желаемое изменение наступило, чего бы вы хотели еще? Если он прекратит это делать, чем бы он вместо этого мог заниматься?».

Пример резюме первичных вариантов запросов: «Насколько я поняла, Наталье очень неприятно, когда ее дети обижают друг друга. Она хочет, чтобы Маша и Ваня перестали ругаться и ссориться. Они могли бы научиться договариваться. Дмитрий хочет, чтобы дети не плакали, когда сами же начали ссору

и вообще были более самостоятельными в решении проблем. Маша хочет, чтобы Ваня побольше с ней играл и делился игрушками. А Ваня недоволен, что у него так мало свободного времени и сестра не дает ему позаниматься своими делами. Ему хотелось бы иметь больше свободы, и еще он хочет, чтобы родители его не ругали».

Пример итоговой формулировки запроса: «Мы можем начать с того, чтобы попробовать новые способы взаимодействия и отследить, будет ли что-то меняться». Или: «Вас устроит, если я предложу вам в следующий раз проанализировать модель вашего взаимодействия?». Или: «Как я вижу, все бы хотели, чтобы дома прекратились конфликты из-за выполнения домашних заданий. Предлагаю в дальнейшем разобраться, что же мешает Жене делать их и как мы все можем ему помочь».

5

шаг

Дайте участникам встречи обратную связь

На завершающем этапе первой встречи ваша задача – поделиться своими наблюдениями. Действуйте осторожно, не торопитесь с выводами. Даже если у вас возникло впечатление, что вы полностью поняли, в чем источник проблемы, не озвучивайте его на первой встрече. Правильнее использовать способ обратной связи, когда вы скажете сначала о достоинствах семьи, затем о ее потребностях и сложностях, а также способах, которые, по вашим наблюдениям, члены семьи используют, чтобы их избежать или снизить их остроту.

Объявите участникам встречи, что сейчас вы дадите обратную связь. Расскажите им о достоинствах, которые вы заметили в их взаимодействии. Укажите на их нереализованные потребности. Желательно сказать о каждом из присутствующих на консультации – иначе может возникнуть впечатление, что вы небеспристрастны. Если вы готовы дать первичные рекомендации, сделайте это. В завершение спросите у семьи, какие у них есть вопросы и дайте ответы на них. Скажите о том, какой видите дальнейшую работу. Обсудите следующую

консультацию и предполагаемое количество встреч. Если нужно записать семью или только одного из ее членов на следующий прием, сделайте это. Поблагодарите собеседников за работу и лично проводите их до дверей кабинета.

Пример. Вариант формулировки, чтобы описать достоинства семьи: «Мы почти закончили и в завершение я хочу поделиться своими первыми выводами. Вы внимательны друг к другу и искренне хотите помочь друг другу достигать успехов. И вы все стараетесь что-то сделать, чтобы справиться с этой проблемой». Или: «Вы заботливые родители умного и доброго мальчика. Видно, что вы любите друг друга и действительно хотите улучшить отношения. Каждый из вас искренне говорил другим о тех проблемах, которые вас беспокоят. Вы умеете поддержать друг друга даже в тех ситуациях, когда не согласны друг с другом». Вариант формулировки, чтобы описать проблему семьи: «Похоже, что Миша нуждается в поддержке, но не может попросить о ней прямо. Светлане не хватает сил, чтобы ... Алексей недоволен тем, что... Он злится из-за этого, поэтому может говорить что-то такое, что обижает остальных». Или: «Похоже, что все эти действия нужны для того, чтобы вы что-то изменили в том, как обсуждаете...»; «Катя не умеет выразить прямо просьбу о помощи и вместо этого...».

Варианты формулировок, чтобы подвести итог встречи: «Мне бы хотелось, чтобы в ближайшую неделю вы сразу говорили друг другу, если вам что-то не понравится, а не дожидались, пока обиды станут нестерпимыми»; «Мише очень нужна ваша поддержка, а критика и даже ожидание критики заставляет его отступать. Предлагаю на предстоящей неделе использовать поддержку вместо критики. Я предлагаю встретиться через неделю в это же время и поработать с проблемой... Я думаю, нам понадобится 5-6 встреч, чтобы справиться с ней». Или: «Думаю, если выбрать другой тон, то договариваться о распределении обязанностей будет легче. Вы готовы попробовать? Я хотела бы через неделю пригласить Мишу на прием, чтобы мы с ним... А через две недели мы встретимся со всей семьей вместе».

Ограничения конфиденциальности педагога-психолога

На встрече с семьей помните об ограничениях конфиденциальности. Вы должны сообщить руководителю детского сада и инициировать обращение в правоохранительные органы, если из работы вам стало известно:

- ✓ О риске для жизни членов семьи или других людей
- ✓ О преступных действиях по отношению к несовершеннолетнему
- ✓ О необходимости в госпитализации ребенка
- ✓ Об участии членов семьи в распространении наркотиков и прочих преступных действиях, которые представляют опасность для социума

*Скачайте памятку
на e.psihologsad.ru*

Что рассказать родителям новых воспитанников на собрании. Готовый сценарий

В августе проведите первое собрание с родителями. Расскажите на нем о первом месяце в детском саду и типичных сложностях адаптации воспитанников. Дайте родителям подсказки, как избежать этих сложностей. Воспользуйтесь готовым сценарием консультации. Его подготовила **Наталья Жарикова**, координатор отдела коррекционно-развивающей и консультативной помощи МБУ ЦППМСП «Доверие», педагог-психолог.



Разделите первое собрание с родителями на три части. В первой части расскажите родителям о том, как правильно подготовиться к посещению детского сада. Во второй – как сделать утренние расставания комфортными для малыша и родителей. В третьей части объясните, почему детский сад становится стрессом для ребенка и как минимизировать его последствия. Дополните ваше выступление презентацией. На слайдах представьте основные тезисы. Воспользуйтесь готовым сценарием → 49.

1

часть

Расскажите родителям, как подготовиться к детскому саду

В первой части выступления расскажите родителям о том, что такое адаптация к детскому саду. Объясните, от каких факторов зависит, как этот процесс будет протекать у конкретного ребенка, и что могут сделать

родители, чтобы облегчить ему адаптацию к новым условиям. Поговорите о значении режима дня и разнообразного домашнего меню на этапе подготовки к детскому саду.

Подчеркните, как важно делиться с воспитателем информацией об особенностях и привычках ребенка. Объясните родителям механизм, как их негативные эмоциональные переживания могут передаваться детям, и рекомендуйте сформировать спокойный и радостный настрой по поводу поступления в детский сад. Подавайте информацию мягко, используйте живой язык, но при этом четко формулируйте главную мысль каждого высказывания и дублируйте ее на слайдах. Стремитесь, чтобы тон вашего голоса был доброжелательным, а поза открытой.

2

часть

Рекомендуйте родителям придумать ритуал прощания

Во второй части собрания поговорите с родителями об утренних расставаниях в детском саду. Акцентируйте внимание родителей на том, что в раннем возрасте эмоциональное состояние ребенка находится в сильной зависимости от состояния мамы. Рекомендуйте консультацию психолога в случаях, если тревога сильна и мама не справляется с ней.

Расскажите родителям об утренних ритуалах, которые облегчат расставания и помогут ребенку не плакать каждый раз, когда мама уходит. Предложите им обсудить предстоящий день с ребенком, когда он только что проснулся и они собирают его в детский сад. Расскажите родителям, почему важно привлекать ребенка к процессу одевания-раздевания перед тем, как зайти в группу. Скажите, что так они не только помогают ему стать более самостоятельным, но и создают у него настрой, с которым он может и «не захотеть» поплакать. Объясните, что такое ритуал прощания и зачем он нужен. Подчеркните, что его лучше создать еще до поступления в детский

3

часть

сад – это поможет облегчить для ребенка процесс расставания. Отдельно остановитесь на том, что после ритуала прощания важно сразу уходить, чтобы сформировать у ребенка привычку.

Предложите три шага, чтобы уменьшить стресс ребенка во время адаптации

Начните третью часть выступления с информации о том, почему пребывание в детском саду – это источник эмоционального напряжения для ребенка. Объясните родителям, что у всех детей разные потребности в двигательной активности и эмоциональных контактах, а также что голоса сверстников, музыка, большое количество ярких игрушек, новых впечатлений – это серьезные раздражители для неокрепшей нервной системы и могут вызывать истощение. Скажите им, что именно с накопленной усталостью могут быть связаны: нежелательное поведение ребенка, капризы, агрессия, нарушения сна, повышенная возбудимость, апатия, обострение хронических заболеваний.

Расскажите родителям о способах, которые помогут снизить эмоциональное напряжение у ребенка и восстановить силы после насыщенного дня. Их следует комбинировать. Во-первых, когда родители забирают ребенка из детского сада, предложите им некоторое время побыть рядом с ним, а не торопиться домой. Рекомендуйте некоторое количество времени уделять только ребенку – прогуляться с ним после детского сада, но не заходить в магазины, поиграть с ним дома, но не пытаться параллельно выполнять домашние дела. Также предложите родителям выделить в квартире безопасное пространство для выхода эмоций ребенка и место для уединения – например, детский шалаш или палатку. Подчеркните, что важно следить за реакциями ребенка и на основе них подобрать то, что ему действительно приятно.

Консультация для родителей об адаптации и первом месяце в детском саду

Часть 1. Как правильно подготовиться к посещению детского сада

Тезис: Сложности адаптации нормальны. Дети реагируют на смену обстановки по-разному.

Педагог-психолог: Маленькие дети реагируют на смену обстановки и разлуку с родными по-разному. Одни привыкают к детскому саду быстро и безболезненно. Другие адаптируются медленнее: они капризничают и беспокоятся, в первое время у них часто снижен фон настроения. А есть эмоционально чувствительные и соматически ослабленные дети, для которых адаптационный период затягивается на месяцы. Он сопровождается постоянными слезами, обостренной привязанностью к маме, частыми ОРЗ и инфекциями, депрессивными реакциями – заторможенностью, вялостью, безучастностью. Важно понимать, что примерно до трех лет активная социализация ребенка «не предусмотрена» природой. Главный источник и стимул развития в этот период – общение с мамой. Поэтому, если у ребенка есть проблемы со здоровьем, лучше отдать его в детский сад, когда он немного подрастет. В остальных случаях, чтобы адаптация прошла успешно, следует заранее начать готовиться к новому этапу в жизни семьи.

Тезис: Чтобы помочь ребенку, приблизьте домашний режим к режиму детского сада.

Педагог-психолог: Итак, вы приняли решение и ваш ребенок пойдет в детский сад. Постарайтесь вместе с педагогами

помочь ему, чтобы он как можно быстрее и легче привык к новым условиям и требованиям.

Внимательно ознакомьтесь с режимом детского сада. Максимально приблизьте к нему домашний. Укладывайте и поднимайте ребенка ежедневно в одно и то же время – в 9 вечера и 7 утра соответственно. Это поможет вам избежать плохого утреннего настроения и проблем с укладыванием на ночь, а также обеспечит ребенку возможность активно бодрствовать во время пребывания в детском саду.

Тезис: Расширьте диапазон домашнего меню. Включите в него каши, овощи, супы, мясо.

Педагог-психолог: Поинтересуйтесь меню детского сада. В соответствии с ним расширьте диапазон домашнего меню. Многие дети не любят каши и овощи, отказываются от супов и мяса только потому, что дома не принято их готовить. Если вы приучите ребенка к разнообразию пищи, то сможете быть уверены, что он сыт в течение всего дня.

Тезис: Расскажите педагогам об особенностях и привычках ребенка.

Педагог-психолог: Если ребенок что-то категорически не ест дома, сообщите об этом воспитателям. Насильное кормление нелюбимой пищей может быть источником сильного стресса для детей. Обязательно расскажите педагогам и о других особенностях и привычках ребенка. Эта информация поможет воспитателям быстрее найти индивидуальный подход к ребенку, а значит, малыш будет чувствовать себя комфортнее в непривычной обстановке.

Тезис: Следите за своим эмоциональным состоянием. Ваше беспокойство скорее всего передастся ребенку.

Педагог-психолог: Обратите внимание на свое эмоциональное состояние. Настройтесь спокойно и оптимистично. Подумайте, с какими мыслями вы ведете ребенка в детский сад: сильно тревожитесь, боитесь за него; переживаете, что он снова будет плакать, что его могут обидеть. А может, испытываете чувство вины за то, что его, такого беспомощного, приходится отдавать в чужие руки? Все дело в том, что маленькие дети очень чутко реагируют на состояние близких людей, особенно мамы. Вероятнее всего, беспокойство передастся самому ребенку. Кроме того, когда мамы и бабушки часто испытывают чувство вины во время разлуки с малышом, то они пытаются искупить эту «вину» чрезмерной опекой, угадыванием и предупреждением всех желаний ребенка при встрече. Такое поведение, как правило, ведет к тому, что ребенок становится менее активным и самостоятельным, больше капризничает и проявляет истерические реакции.

Часть 2. Как сделать утренние расставания комфортными для малыша и родителей

Тезис: Если вы тревожитесь – проконсультируйтесь у детского психолога.

Педагог-психолог: Чем младше ребенок, тем более чувствителен он к эмоциональному состоянию взрослых. Если мама слишком сильно боится и переживает, когда поручает малыша «общественному воспитанию» – не стоит ждать легкой адаптации. Ребенок тоже будет

С. 3 из 7

испытывать тревогу и беспокойство. Тревожным родителям может помочь консультация грамотного детского психолога, а всем остальным предлагаю воспользоваться следующими рекомендациями.

Тезис: Утром обсудите с ребенком предстоящий день.

Педагог-психолог: Старайтесь провести утро без суеты, в привычном для ребенка ритме. Пока собираетесь в детский сад, разговаривайте с ним. Спросите, кто в детском саду будет есть кашку, если ребенку доставляет удовольствие прием пищи. Напомните об играх с песочком – если он любит гулять. С помощью разговора вы обязательно почувствуете себя увереннее, а ребенку передастся ваш настрой.

Тезис: Привлеките ребенка к процессу раздевания-одевания.

Педагог-психолог: В раздевалке обязательно привлеките ребенка к процессу раздевания-одевания в случае, если у него в этот момент нет истерики. Спросите его, куда повесить или положить одежду, предложите показать «домик» для ботиночек, попросите «помочь» справиться с непослушными сандаликами. Велика вероятность того, что настроенный на «деловую волну» малыш не успеет вспомнить о том, что «забыл» поплакать.

Тезис: Придумайте ритуал прощания, приятный для вас и ребенка.

Педагог-психолог: Помните: чем дольше вы уговариваете ребенка, тем продолжительнее и тяжелее будут расставания. Чтобы этого избежать, придумайте забавный ритуал прощания, который будет приносить радость малышу и послужит своеобразным сигналом для

расставания. Ритуал поможет вам сделать прощание приятным и безболезненным.

Иногда, чтобы принять ритуал прощания, нужно некоторое время, поэтому хорошо, если он принят в семье еще до детского сада. Тогда во время адаптации он будет подсказкой для ребенка: после ритуала мама всегда уходит, но потом возвращается.

Тезис: После того как ребенок переоделся, сразу уходите.

Педагог-психолог: Переодетого ребенка отведите в группу или, если он продолжает плакать, передайте на руки воспитателя. Сразу уходите и при этом сохраняйте уверенность, что все будет хорошо.

Часть 3. Почему детский сад становится стрессом для ребенка и как минимизировать его последствия

Тезис: В период адаптации ребенок находится в состоянии эмоционального напряжения. Важно помочь ему научиться его снимать.

Педагог-психолог: Среди родителей распространено мнение, что, поскольку режим детского сада разработан с учетом возрастных особенностей детей, то он обеспечивает комфортное пребывание для каждого ребенка. Однако это не всегда так, ведь потребности в двигательной активности, эмоциональных контактах и сне индивидуальны. Кроме того, нервная система у маленьких детей очень чувствительна, поэтому они легко устают от большого количества новых впечатлений и требований, а также от шума – то есть громких голосов, музыки, плача сверстников.

Эмоциональное напряжение у ребенка связано с необходимостью постоянно находиться среди сверстников и чужих взрослых, отстаивать свои права – на игрушку, территорию, желаемое поведение. У одних детей напряжение находит выход в слезах или агрессивных формах поведения, а у других накапливается. Если его не снимать, то со временем оно может привести к истощению организма и выразиться в апатии, утомляемости, частых ОРВИ, обострении хронических заболеваний.

Важно понимать, что раздражительность и капризность ребенка после детского сада связаны с усталостью. А плохое поведение – то есть агрессия, упрямство, истерика – это доступный способ выразить свои чувства. Чтобы помочь ребенку снять напряжение после детского сада, используйте следующие рекомендации.

Тезис: Шаг 1. Дайте время себе и ребенку.

Педагог-психолог: Когда вы забираете ребенка из детского сада – не спешите. Обнимите его, позвольте посидеть несколько минут на руках, почувствовать ваше присутствие. Не отвлекайтесь в этот момент на разговоры с воспитателем или другими родителями. Это может вызвать протест у ребенка, и вы сами будете ругать его за непослушание.

Тезис: Шаг 2. После детского сада побудьте вдвоем с ребенком.

Педагог-психолог: После детского сада немного пройдите по улице. Побудьте с ребенком вдвоем – или втроем, если забираете его вместе с супругом. Это позволит ребенку переключиться на семейную обстановку.

Во время вечерней прогулки помните, что магазины и гости, длительные остановки со знакомыми – это дополнительные источники раздражения для ребенка.

Дома не спешите приступать к делам. Проведите еще немного времени наедине с ребенком. Для некоторых детей важно дополучить тактильные – то есть телесные – ощущения, которых им не хватило в течение дня. Обнимите ребенка, немного покачайте на руках, сделайте легкий массаж. Под конец можно устроить веселую возню с щекоткой и смехом. Благодаря «контакту через тело» дети понимают, что они в безопасности.

Помните о том, что некоторым детям необходима возможность побыть в тишине и уединении. Если ребенок старается уединиться, не препятствуйте ему, но постарайтесь находиться рядом.

Тезис: Шаг 3. Дайте пространство для выхода эмоций.

Педагог-психолог: Дайте ребенку пространство для выхода эмоций. Например, оборудуйте дома уголок, где ребенок сможет повалиться, попрыгать, покидать мячики. Выделите место, где без вреда для интерьера можно рисовать красками, лепить из пластилина, играть с песком. Поставьте маленькую детскую палатку или шалашик, чтобы ребенок мог при желании спрятаться и побыть один среди любимых игрушек.

Когда вы выбираете способы для расслабления, обязательно обращайте внимание на особенности вашего ребенка, следите за его реакциями. Помните, что общение должно быть искренним и приносить радость и вам, и ему.

С. 7 из 7

Три типа проблем в семье, из-за которых настоящая цель консультации скрыта

Когда запрос родителей касается только трудностей поведения ребенка, бывает сложно найти истинную задачу консультативной помощи семье. Однако консультация не может быть эффективной без понимания ее задачи. **Александра Фокина**, эксперт журнала, член Федерации психологов-консультантов России, к. психол. н., рассказала, в каких трех случаях проблемное поведение ребенка – симптом дисгармонии в семье в целом и требует системного подхода. Также в статье – таблица с формулировками задач консультаций.



Главное, что вы должны сделать на первых консультациях с родителями и ребенком, – определить задачу, которую вы будете решать. Если вы ошибетесь, то потеряете время и трудности ребенка могут усугубиться. Проверьте, не связаны ли жалобы родителей с тремя распространенными «системными» проблемами: распределением власти в семье, особенностями взаимодействия внутри нее или ситуацией, когда одна проблема «спасает» семью от другой, более серьезной. Воспользуйтесь таблицей с готовыми формулировками задач.

1

Тип проблем

Ребенок «спасает» семью своей проблемой

Проблема ребенка может «спасать» семью от других сложностей. Ребенок может воспринимать эти сложности бессознательно или знать о них и считать чрезвычайно

опасными. Например, необъяснимые с медицинской точки зрения болезни ребенка, его плаксивость и проявления тревоги могут удерживать родителей от супружеских конфликтов при нем и возможного развода.

2

Тип проблем

Ребенок реагирует на сложности взаимодействия внутри семьи

Поведение ребенка может указывать на то, что родители неэффективно решают трудности в семье, уделяют ребенку вниманием или не умеют общаться с ним. Так, сиблинговый конфликт чаще всего указывает на неудачную систему взаимодействия родителей с обоими детьми. Дело не в том, что дети враждебно настроены друг к другу, а в том, что внимание, участие и демократичность в отношении взрослых к детям неравномерны.

3

Тип проблем

Проблемное поведение помогает ребенку получить власть в семье

Симптом ребенка может быть связан с тем, как распределяется власть в семье. Например, ночные кошмары дошкольника могут удерживать мать около его кровати и тем самым не пускать к отцу. А страх ребенка оставаться одному в комнате может удерживать родителя около него в ущерб сиблингу. Так с помощью своей проблемы ребенок получает власть над другими членами семьи.



К СВЕДЕНИЮ

Общее правило, когда вы формулируете задачу консультации

Как правило, проблема ребенка символически выражает ключевую проблематику всей семьи. Например, вмешательство родителей в личное время ребенка и просьбы почитать

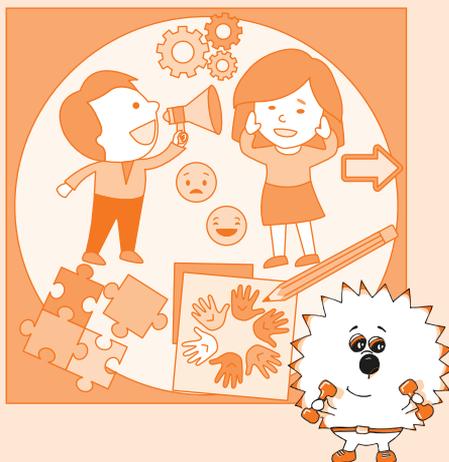
что-нибудь или порисовать каждый раз, когда он, по их мнению, ничего не делает – символ путаницы ответственности в семье и взаимного нарушения границ.

Таблица для педагога-психолога

ФОРМУЛИРОВКИ ЗАДАЧ ДЛЯ КОНСУЛЬТАЦИИ С СЕМЬЕЙ

Задача консультации	Пример, когда формулировка задачи актуальна
Скорректировать взгляды родителей на проблему, чтобы они могли осознать ее системный характер	Проблемное поведение ребенка не его индивидуальная особенность («он такой»), а результат взаимодействия членов семьи. Например, дети спорят и ругаются особенно сильно, когда родители занимают сторону одного из них. Или: мальчик чаще берется за гаджет, когда родители заняты своими делами
Уменьшить эмоциональную вовлеченность родителя в проблемное поведение ребенка	Родители не справляются с негативными эмоциями, когда ребенок делает не то, что они хотят. Эмоциональная вовлеченность родителей мешает им действовать конструктивно. Например, мальчик не выполняет требование убрать игрушки и разбросанные вещи. В ответ мама ругается, но потом жалеет сына и убирается за него
Совместно изучить проблему, чтобы найти возможности скорректировать взаимодействие членов семьи	Взаимодействие в семье строится так, что поддерживает нежелательное поведение ребенка. Когда дети с гаджетами, то у родителей есть время, чтобы заняться своими делами. Им это удобно, но электронные игры они не одобряют. Или: о дочери родители отзываются положительно значительно чаще, чем о сыне, просят ее помочь в чем-то. Сын в их высказываниях «вечно недовольный»
Модифицировать проницаемость личных границ членов семьи	Взрослые не оставляют ребенку автономии там, где она нужна. Мама очень хочет, чтобы сын всегда и во всем был «лучшим». Она тщательно проверяет, как он делает задания по подготовке к школе, и подробно их критикует. Для мальчика сестра заниматься – это значит получать замечания и никогда не достичь того уровня, как хотелось бы маме. Или: родители призывают сына навести порядок в комнате или полистать книгу, когда он, с их точки зрения, ничего не делает. Он переживает их просьбы как вторжение в его личное свободное время
Совместно найти альтернативную модель, чтобы решить проблему	Чтобы решать проблемы в семье, родители используют неэффективные способы: критику, наказания, угрозы, иногда уговоры. Например, если мальчик ударил сестру, на него сначала кричат и называют его жестоким. Потом отец долго рассказывает ему, почему в семье нельзя быть агрессивным. Для мальчика это не аргументы: он справедливо оценивает крики родителей и постоянные попытки сестры завладеть его планшетом и книгами как агрессию
Улучшить коммуникативный стиль взаимодействия в семье	Форма высказываний и стиль контактов членов семьи мешают мальчику изменить поведение. Почти каждое высказывание родителей в его адрес назидательно или содержит критику

ПСИХОПРОФИЛАКТИКА



Семинар-практикум, чтобы настроить педагогов на работу после карантина и отпусков → 60

Яна Акинкина, психолог-консультант, аспирант кафедры возрастной психологии им. проф. Л.Ф. Обухова МГППУ

Как снизить тревожность детей после самоизоляции.
Готовый сценарий занятия → 72

Семинар-практикум, чтобы настроить педагогов на работу после карантина и отпусков

Помогите педагогам справиться со стрессом в начале 2020/21 учебного года, в условиях когда так называемый постотпускной синдром усугубляется длительной самоизоляцией и психологическими последствиями пандемии. Поговорите с педагогами об их эмоциях по поводу возвращения на работу и предложите техники, которые помогут им справиться с тревогой. Проведите семинар-практикум по готовому сценарию.

Проведите семинар-практикум, который поможет педагогам включиться в работу после сложного периода пандемии. Поговорите с ними о трудностях в связи с эпидемией коронавируса, о последствиях самоизоляции и о том, какие ресурсы помогут им справиться с этими трудностями. Предложите педагогам техники, чтобы снизить тревогу и негативные эмоциональные проявления. Проведите упражнения на расслабление. Воспользуйтесь готовым сценарием → 62.



Яна Акинкина,
психолог-консультант, аспирант кафедры возрастной психологии им. проф. Л.Ф. Обуховой МГППУ

Обсудите особенности рабочего процесса после пандемии

Честно поговорите с педагогами о трудностях, с которыми они столкнулись во время пандемии, и о том, как эти трудности влияют на их отношение к работе сейчас. Осознание того, что проблемы педагога не уникальны, его коллеги понимают их и испытывают что-то подобное, может помочь некоторым сотрудникам быть более продуктивными. Общее обсуждение снизит у педагогов дискомфорт в связи с возвращением на работу, поможет

им отнестись к своим негативным эмоциональным переживаниям как к «нормальным» и начать искать способы с ними справиться.

Расскажите о техниках, которые помогут справиться с тревогой

Предложите педагогам набор техник, которые они смогут применять самостоятельно, когда они тревожатся в связи с предстоящим учебным годом. Акцентируйте их внимание на конструктивной функции тревоги как защитной реакции организма. Помогите им отнестись к собственной тревоге не как к «врагу», а как к «полезному советчику», который посылает сигналы, чтобы человек их осмыслил и спланировал свои действия. Предложите педагогам «бумажные» техники работы с тревогой, которые предполагают глубокий самостоятельный анализ своих переживаний. Рекомендуйте педагогам выделить как минимум час для этих техник, а лучше – посвятить им вечер. Для случаев когда необходимо быстро справиться с негативным эмоциональным состоянием, предложите им технику «активной» тревоги в течение 10 минут → 68.

Проведите упражнения, чтобы помочь педагогам расслабиться

Подберите упражнения, которые будут формировать у педагогов спокойное расслабленное состояние в ходе семинара-практикума. Например, предложите им нарисовать мандалу, которая будет олицетворять спокойствие и внутреннее равновесие. Используйте упражнения, которые помогут педагогам осознать свои ресурсы для работы и жизни в целом. Поговорите с ними о планах на учебный год и проведите параллель между этими планами и ресурсами. Дополнительно можно задать педагогам вопрос, о каких своих ресурсах они впервые узнали в связи с пандемией.

Сценарий семинара-практикума

СЦЕНАРИЙ СЕМИНАРА-ПРАКТИКУМА ПОСЛЕ КАРАНТИНА: ТРУДНОСТИ И ВОЗМОЖНОСТИ ПЕДАГОГОВ

Упражнение «Я сегодня»

Педагог-психолог: Здравствуйте, коллеги! Я рада вас видеть в стенах детского сада. В этом году наше возвращение в рабочий процесс отличается от того, как мы обычно начинаем новый учебный год. Ситуация, в которой мы закончили предыдущий год, была нетипичной и непредсказуемой, мы встретились со сложностями, с которыми не сталкивались раньше. Дистанционная работа, непривычные технологии, длительное пребывание дома, страхи в связи с пандемией сменились ситуацией, в которой дети начали быстро возвращаться в детский сад – и все это сопровождалось неопределенностью в понимании того, что будет дальше. Сегодня на семинаре-практикуме мы попробуем осознать наше отношение к текущей ситуации и найти в ней ресурсы для дальнейшей продуктивной работы. Прежде чем мы начнем, я прошу вас назвать от одного до трех чувств, с которыми вы сегодня присутствуете на занятии.

Педагоги по кругу делятся своими чувствами.

Беседа «Сложности самоизоляции»

Педагог-психолог: Давайте поговорим о том, что для вас было сложным или непривычным во время пандемии. У вас есть идеи? (Педагоги предлагают свои варианты ответов.) Правильно, во-первых, трудным был сам переход

на удаленную работу. Мы привыкли к деятельности, которая связана с непосредственным живым общением с детьми, родителями, коллегами. А во время самоизоляции нам пришлось выстраивать общение с воспитанниками и друг с другом по-новому. Какие еще сложности вы можете вспомнить? (Педагоги предлагают свои варианты ответов.) Верно, для многих из нас было сложно оперативно освоить инструменты дистанционных технологий. Мы научились пользоваться мессенджерами, социальными сетями и совершенно новыми для нас платформами, чтобы проводить занятия с детьми, собрания и совещания онлайн. Что еще? (Педагоги предлагают свои варианты ответов.)

Сложной оказалась необходимость справляться со своими эмоциональными переживаниями в этот период – своей тревогой, страхом, другими эмоциями. И это нормально. Обязанность соблюдать условия самоизоляции сказывается даже на самых стойких и эмоционально стабильных людях.

Причины нашей тревоги, а также других эмоционально окрашенных реакций в связи с пандемией могут быть разными. Однако тот факт, что подобные переживания встречались у людей повсеместно, игнорировать невозможно. Вспомните, ведь нам приходилось не только справляться с собственной тревогой, но и «гасить» реакции родителей воспитанников.

Упражнение «Мой опыт»

Педагог-психолог: Давайте определим чувства, которые у нас вызывали месяцы пандемии, и сделаем это с помощью визуальных образов. Перед вами – набор метафорических карт с необычными картинками, с которыми вы можете ассоциировать свои чувства и эмоции.

С. 2 из 7

Я прошу вас выбрать одну или несколько метафорических карт, которые будут отражать ваш опыт проживания в условиях самоизоляции.

Педагоги выбирают по карте и рассказывают группе, почему они выбрали именно эти карты. Можно использовать несколько наборов метафорических карт.

Беседа «Как вернуться к работе»

Педагог-психолог: Сейчас я предлагаю поговорить о том, как возвращаться к работе после перерыва. Это простые советы, но иногда следует напоминать себе о них, ведь они действительно работают. Воспользуйтесь ими, чтобы снизить стресс от смены обстановки. Во-первых, старайтесь высыпаться. Даже если ночь была бессонной, поспите днем, а вечером отправляйтесь спать раньше обычного. Старайтесь выполнять всю работу на работе.

Также учитесь просить о помощи близких. Не бойтесь вежливо просить и напоминать. Если вы сильно устаете, делегируйте домашние дела родным.

Восполняйте собственный ресурс – он не безграничен. Занимайтесь в свободное время тем, что вам нравится, а не только работой и домашними обязанностями. Будет хорошей идеей давать себе небольшую физическую нагрузку – она позволит выплеснуть негативные эмоции. Старайтесь питаться более или менее здоровой едой. Но помните, что в стрессовые периоды не следует изнурять себя диетами.

Важный совет – дайте себе возможность исправить ошибку, не вгоняя себя в чувство вины, когда что-то идет не так. И, наконец, обращайтесь за помощью к специалисту, если возникают непредвиденные сложности.

Упражнение «Сложное чувство»

Педагог-психолог: Коллеги, давайте выполним еще одно упражнение. Подумайте, есть ли у вас какое-то чувство, из-за которого вам сложнее, чем обычно, начать работать? Возможно, что-то вам мешает вернуться к прежнему образу жизни и в других областях – подумайте и об этом. Не называйте это чувство, а попробуйте его представить перед глазами так, как будто оно – предмет. Какой формы это чувство? Какого оно цвета? Какое оно на ощупь, какая у него консистенция? Какая у него температура? Кто-то хочет высказаться?

Педагоги по желанию отвечают на вопросы вслух. После этого педагог-психолог просит их подумать, каким реальным предметом могло бы быть это чувство. Если позволяет время, он предлагает изобразить этот предмет на бумаге и смять рисунок, порвать, выбросить. Если времени немного, можно попросить педагогов мысленно уничтожить этот предмет – и по желанию нарисовать и уничтожить его дома, самостоятельно.

Беседа «Тревога и способы с ней справиться»

Педагог-психолог: Сейчас многие из нас могут испытывать тревогу по поводу нового учебного года. Давайте поговорим об этом переживании. Тревога – это очень сильное эмоциональное состояние, с которым непросто справиться. Оно сопровождает нас по жизни. Как вы думаете, зачем нам тревога? (Педагоги предлагают свои варианты ответов.) Эволюционно – она, как механизм, очень нужна. Тревога помогает нам подстраховываться и просчитывать результаты действий. По сути, тревога при ее нормальном,

допустимом уровне помогает нам планировать свое будущее. Но если тревога зашкаливает, то мы начинаем функционировать неадекватно – суедемся или, наоборот, впадаем в ступор, чувствуем нарастающий дискомфорт. Есть техники, которые помогают справиться с тревогой, и о некоторых из них я сейчас расскажу. Их можно выполнять по отдельности, а можно подряд. Для этого выделите для них вечер и немного побудьте наедине с собой.

Когда вы сильно о чем-то тревожитесь, попробуйте проанализировать свои ощущения. Составьте два списка: «чем мне мешает моя тревога» и «чем мне помогает моя тревога». Запишите как можно больше пунктов. Перечитайте свои списки и подумайте, что для вас открывается в этих списках, есть ли в них что-то, что вас удивляет.

Подумайте о том, что такое для вас «опасность». Запишите все, чего вы опасаетесь. Подумайте о том, почему то, чего вы опасаетесь, не должно случиться с вами. Абсолютно нормально чувствовать опасность, даже если ее нет в реальности, особенно, когда у вас есть травматичный опыт. Подумайте, насколько часто на самом деле с вами происходят действительно опасные события, какова их вероятность.

Тревоги и страхи часто иррациональны. По сути, мозгу все равно, опасаться реальной опасности или воображаемой. Поэтому хороший способ справиться с тревогой – обратиться к статистике и здравому смыслу. Составьте табличку с графами: «чего я тревожусь», «какова вероятность этого события в реальности», «есть ли кто-то из моих близких, кто не тревожится об этом, и почему», «причина иррациональности моей тревоги».

Парадоксальная и эффективная техника работы с тревогой состоит в том, чтобы потревожиться, но ограниченное время. Чтобы ее применить, сначала выпишите на лист бумаги все, что вас тревожит. Перечитайте. Потом напишите все чувства и эмоции, помимо тревоги, которые вызывают у вас эти записи. Стремитесь прочувствовать все, что вы написали, но будьте бережны к себе и старайтесь отслеживать свое состояние: если вам становится совсем не по себе, отложите задание. Выбирайте приемлемый для себя уровень дискомфорта. Включите таймер и засекийте десять минут. В течение этого времени думайте о своей тревоге, ощущайте ее. Когда время закончится, постарайтесь переключиться. Потом, в течение дня, если вас будет «накрывать» состояние тревоги, думайте о том, что вы сегодня уже тревожились в течение десяти минут, и этого достаточно. Держите в голове мысль, что вряд ли вы поможете себе и разрешите ситуацию, если будете тревожиться более длительное время.

Педагог-психолог раздает педагогам шпаргалки → 68.

Упражнение «Круговая техника»

Педагог-психолог: Дорогие коллеги, сейчас мы попробуем понять, какие ресурсы у нас есть для того, чтобы чувствовать себя на работе комфортно, и каких целей мы хотим достичь. Посмотрите, на ватмане нарисованы две окружности. Давайте заполним их. Пусть во внутренней окружности каждый напишет что-то, что помогает ему в работе, в том числе что-то, что уже сделано, общие и личные достижения. Это – ресурсы педагогического коллектива. Во внешней окружно-

С. 6 из 7

сти напишите индивидуальные и коллективные цели. Они могут касаться как работы, так и личного развития или взаимодействия с коллегами.

Педагоги вписывают свои ресурсы и цели в окружности, а педагог-психолог контролирует, чтобы каждый обязательно вписал что-то от себя. После этого он резюмирует, что получилось, и инициирует обсуждение, как можно добиться целей во внешнем круге с помощью ресурсов во внутреннем.

Упражнение «Мандала спокойствия»

Педагог-психолог: Теперь мы знаем немножко больше о том, чего мы хотим и можем достичь на работе. А сейчас давайте нарисуем мандалу и постараемся наполнить ее спокойствием, равновесием и гармонией. Нарисуйте внутри круга узоры, которые будут ассоциироваться у вас с состоянием гармонии и уравновешенности, заполните мандалу соответствующими орнаментами и цветами. Пусть эта мандала будет символом того, как мы помогаем себе принимать изменения в рабочем процессе и личной жизни.

Педагог-психолог включает расслабляющую музыку или звуки природы, дает педагогам ватман с кругом внутри и изобразительные средства – карандаши, мелки, краски, ручки, линеры. Если педагоги испытывают затруднения и им сложно начать, он показывает педагогам образцы других мандал в спокойных тонах и предлагает воспользоваться идеями. Педагоги вместе рисуют мандалу. Когда они заканчивают, педагог-психолог резюмирует процесс рисования и просит педагогов поделиться своими чувствами и эмоциями. Педагоги дают ему обратную связь.

Техники работы с тревогой

«Бумажные» техники

Составьте два списка: «чем мне мешает моя тревога» и «чем мне помогает моя тревога». Запишите как можно больше пунктов. Перечитайте свои списки и подумайте, есть ли в этих списках что-то, что вас удивляет. В другой список запишите все, чего вы опасаетесь. Подумайте о том, почему то, чего вы опасаетесь, не должно случиться с вами. Подумайте, насколько часто на самом деле с вами происходят действительно опасные события, какова их вероятность. Составьте табличку с графами: «чего я тревожусь», «какова вероятность этого события в реальности», «есть ли кто-то из моих близких, кто не тревожится об этом, и почему», «причина иррациональности моей тревоги».

Техника активной тревоги

Выпишите на лист бумаги все, что вас тревожит. Перечитайте. Потом напишите все чувства и эмоции, помимо тревоги, которые вызывают у вас эти записи. Включите таймер и засекийте десять минут. В течение этого времени думайте о своей тревоге, ощущайте ее. Когда время закончится, постарайтесь переключиться. Потом, в течение дня, если вас будет «накрывать» состояние тревоги, думайте о том, что вы сегодня уже тревожились в течение десяти минут, и этого достаточно. Держите в голове мысль, что вряд ли вы сможете себе и разрешите ситуацию, если будете тревожиться более длительное время.



Как работать в стрессовые периоды

Высыпайтесь

Старайтесь спать не менее восьми часов. Если ночь была бессонной, найдите возможность поспать днем или вечером ложитесь спать раньше обычного.

Не перегружайте себя

Старайтесь выполнять всю работу на работе. Пока вы не почувствуете себя комфортно, не беритесь за большие объемы работы и ограничьте амбициозность планов – ведь вы справитесь с ними гораздо лучше, когда будете полны сил.

Не вините себя

Когда что-то идет не так, дайте себе возможность исправить ошибку, не вгоняя себя в чувство вины. Помните: чувство вины не поможет ничего решить, а только ухудшит ваше эмоциональное состояние. С холодной головой вы быстрее закончите дело, а значит, почувствуете себя лучше.

Восполняйте ресурс

Восполняйте собственный ресурс – он не безграничен. Занимайтесь в свободное время тем, что вам нравится, а не только работой и домашними обязанностями.



Займитесь собой

Старайтесь давать себе небольшую физическую нагрузку – она позволит вам выплеснуть негативные эмоции. Питайтесь более или менее здоровой едой, но не изнуряйте себя диетами.

Посетите психолога

Когда возникают непредвиденные сложности и вы чувствуете, что ситуация выходит из-под контроля, обратитесь за помощью к специалисту. Не затягивайте визит, чтобы не усугубить ситуацию.

Попросите помощи

Учитесь просить близких о помощи и не бойтесь вежливо напоминать им об обещаниях. Если вы сильно устаете, делегируйте домашние дела родным.

*Скачайте сценарий семинара-практикума,
шпаргалку и памятку
на e.psihologsad.ru*

Как снизить тревожность детей после самоизоляции. Готовый сценарий занятия

В новом учебном году уделите внимание воспитанникам с повышенным уровнем психоэмоционального напряжения и тревожности. Важно предупредить отрицательное влияние самоизоляции на развитие и психологическое благополучие детей. Воспользуйтесь готовым сценарием занятия «Бабочка», которое поможет снизить уровень тревожности у дошкольников 5–6 лет.

Проведите занятие «Бабочка» с тревожными детьми, которые после самоизоляции испытывают сложности в общении, проявляют замкнутость и нерешительность. На занятии используйте простые задания, повышайте самооценку воспитанников и учите их понимать свои эмоции. Поговорите с детьми о состоянии тревожности, проведите игровой массаж и тематическую релаксацию. Завершите занятие рефлексией.

Сосредоточьтесь на простых заданиях и индивидуальном подходе

Организируйте работу в малой группе, чтобы осуществить индивидуальный подход к каждому ребенку. На протяжении занятия находитесь в позиции «рядом с ребенком», «вместе». Стремитесь к тому, чтобы воспитанники чувствовали вашу готовность поддержать их инициативу. Проводите простые, понятные упражнения, которые исключают возможность не справиться с ними. Это важно, поскольку у тревожных детей снижается самооценка, они болезненно воспринимают критику в свой адрес, боятся браться за новое зада-

Марина Халус,
педагог-психолог МКДОУ
ШР «Детский сад
№ 4 «Журавлик»»,
г. Шелехов

ние. Развивайте у дошкольников коммуникативные способности, в частности, навык вербализовать свои эмоции. Помогайте им преодолевать нерешительность и замкнутость.

Узнайте об эмоциональном состоянии детей в начале занятия

На начальном этапе проведите разминку и получите информацию о настроении каждого ребенка. Для этого используйте приветствие «Клубочек». Оно поможет воспитанникам научиться проговаривать свои чувства и эмоции, и при этом у них будут активно подключаться воображение и речь. Если в процессе приветствия кто-то из детей скажет, что чувствует себя грустным или боится, успокойте и поддержите его.

Озвучивайте эмоции детей в ходе беседы по картинке

Проведите с детьми беседу по картинке. Предложите им описать эмоции участников проблемной ситуации – например, когда учитель ругает ученика в присутствии других детей. Скачайте картинку с проблемной ситуацией на e.psihologsad.ru.

В ходе беседы задавайте наводящие вопросы. Неуверенность в себе будет мешать тревожным детям словесно выражать эмоции. Возьмите на себя роль ведущего разговора – при высоком уровне тревожности дошкольники будут ждать конкретных инструкций от вас: что можно делать, чего нельзя, когда можно говорить.

Воспитанники могут молчать, когда вы задаете вопрос, или отвечать односложно. В этом случае, чтобы инициировать дальнейшее обсуждение, проговаривайте чувства и эмоции самостоятельно, описывайте эмоциональное состояние героев ситуации. Когда дети высказываются, демонстрируйте, что вы принимаете любые эмоции, которые вызвал у них рисунок.

Проведите игровой массаж и релаксацию по теме занятия

После беседы проведите игровой массаж, упражнение «Пропеваем звуки» и релаксацию «Бабочка». Игровой массаж поможет детям расслабиться и сформировать доверие друг к другу. Также смена деятельности на этом этапе позволит поддержать интерес группы.

Упражнение «Пропеваем звуки» поможет воспитанникам понять, что каждый человек способен управлять силой своего голоса. Это особенно важно для тех детей, которые мало и тихо говорят. Если один из детей не сможет справиться с волнением и начать петь звук, обеспечьте его поддержку со стороны сверстников.

Цель релаксации «Бабочка» – расслабить организм и за счет этого повысить работоспособность воспитанников, снизить их психическое и физическое напряжение. В конце релаксации дети смогут сами придумать конец истории про бабочку. Это будет способствовать развитию воображения и творческому самовыражению воспитанников. Для релаксации вам понадобятся силуэты бабочек – скачайте их на e.psihologsad.ru. Закончите занятие рефлексией и получите от детей обратную связь о занятии.



К СВЕДЕНИЮ

Какие материалы подготовить к занятию «Бабочка»

Для занятия подготовьте клубок толстой пряжи, рисунок с изображением конфликтной ситуации, музыкальные записи релаксационной музыки, бумажные бабочки и кольца по количеству детей. Для этого

симметрично вырежьте бабочки из тонкой бумаги и закрепите на на кольцах из бумаги или фольги – например, с помощью скотча, клея или скрепки. Кольца с бабочками дети наденут на пальцы в ходе релаксации.

Конспект занятия для детей 5-6 лет

ЗАНЯТИЕ «БАБОЧКА», КОТОРОЕ ПОМОЖЕТ СНИЗИТЬ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ И ТРЕВОЖНОСТЬ У ДЕТЕЙ

Разминка «Бабочка»

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Сможете отгадать его название?

Педагог-психолог загадывает детям загадку о бабочке: «На цветке цветок пьет цветочный сок». После того как дети отгадают загадку, он предлагает им встать в круг, закрыть глаза и представить себе бабочку. Просит глубоко вдохнуть 3-4 раза и открыть глаза. Далее педагог-психолог зачитывает текст разминки, а дети выполняют движения по инструкции.

Педагог-психолог: *Спал цветок и вдруг проснулся* (дети наклоняются вправо-влево),
Больше спать не захотел (наклоняются вперед-назад),
Шевельнулся, потянулся (поднимают руки вверх, тянутся),
Взвился вверх и полетел (поднимают руки вверх, наклоняются вправо-влево).
Солнце утром лишь проснется, бабочка кружит и вьется (кружатся на месте).
Бабочка летала, над цветком порхала (медленно бегут по кругу на носочках),
Села, посидела и нектар поела (сажаются на корточки, качают головой вниз-вверх),
Два своих больших крыла опустила, подняла (встают, опускают и поднимают прямые руки),
Полетела дальше, чтобы мир был краше (медленно бегут по кругу на носочках).

Приветствие в кругу «Клубочек»

Педагог-психолог рассказывает детям о волшебном клубочке, который любит истории и помогает людям поделиться своими мыслями. Он дает детям клубок ниток и просит передавать его по кругу и при этом рассказывать, какую бабочку они представили в предыдущем упражнении. Дети по очереди наматывают нить на палец, проговаривают, какое настроение у них сейчас, описывают, как выглядели их бабочки. Когда ребенок повторяет описание за кем-то, педагог-психолог просит его придумать новое прилагательное о бабочке, например: «красивая, яркая, легкая».

Основной этап «Беседа по картинке»

Педагог-психолог предлагает детям занять места на стульчиках и рассмотреть картинку, на котором учитель в присутствии других детей ругает ученика.

Педагог-психолог: Ребята, кто изображен на рисунке? Какое у мальчика выражение лица? Как вы думаете, что чувствует мальчик? Что говорит учитель? Какое выражение лица у учителя? Как вы думаете, что произошло? Почему учитель ругает мальчика? Что бы вы хотели сказать мальчику? Как его можно поддержать? Случались ли в вашей жизни похожие ситуации, когда вы себя чувствовали так же, как мальчик на рисунке?

Дети отвечают на вопросы педагога-психолога. При необходимости он помогает им давать названия эмоциям – смущение, страх, тревога, стыд, гнев, злость. По итогам беседы педагог-психолог вместе с детьми делает вывод: все люди иногда могут оказаться в ситуации, подобной

той, что изображена на картинке. В таких ситуациях любой человек чувствует себя не очень уютно, может испытывать разнообразные чувства – и это абсолютно нормально.

Игровой массаж «Дождик»

Педагог-психолог предлагает детям немного отдохнуть – для этого перейти на ковер, встать в круг и повторять слова и движения массажа «Дождик». Дети становятся друг за другом и выполняют движения. Педагог-психолог задает детям наводящие вопросы, чтобы они описали свои ощущения от массажа.

- Педагог-психолог: *Дождик бежит по крыше. Бом! Бом! Бом!* (Дети похлопывают друг друга ладошками по спине.)
По веселой звонкой крыше. Бом! Бом! Бом! (Постукивают пальчиками.)
Дома, дома посидите! Бом! Бом! Бом! (Постукивают кулачками.)
Никуда не выходите! Бом! Бом! Бом! (Растирают спину ребрами ладоней.)
Почитайте, поиграйте! Бом! Бом! Бом! (Кладут ладони на плечи стоящего впереди и разминают.)
А уйду, тогда гуляйте. Бом! Бом! Бом! (Поглаживают ладошками.)

Упражнение «Пропеваем звуки»

Педагог-психолог предлагает назвать гласные звуки в слове «бабочки» («а», «о», «и») и напоминает, что гласные звуки можно петь. На первом этапе дети хором поют звуки и постепенно увеличивают силу голоса. Затем каждый ребенок самостоятельно поет любой звук по своему выбору.

Релаксация «Бабочка»

Педагог-психолог включает спокойную музыку и предлагает детям выбрать себе бабочки из тонкой бумаги, которые он подготовил заранее. Каждый ребенок закрепляет бабочку на пальце – она прикрепляется к кольцу из бумаги или фольги так, чтобы ее крылья трепетали, когда ребенок двигал рукой. Педагог-психолог приглашает детей устроиться поудобнее и начинает рассказывать сказку про маленькую бабочку. Дети добавляют детали сказки и предлагают развитие сюжета. При этом они могут свободно передвигаться в пространстве.

Педагог-психолог: В одной прекрасной стране жила-была красивая маленькая Бабочка. Она очень любила свой дом, где она жила вместе со своей семьей. Нашей Бабочке нравилось взлетать повыше и смотреть на свой луг, ведь там цвели самые красивые цветы. Но однажды, когда Бабочка любовалась на них с высоты, ей показалось, что вдалеке, за лугом, что-то блестит. Она пыталась рассмотреть, что это такое, но у нее ничего не получалось. Тогда она опустила ромашку и задумалась. Маленькая Бабочка даже не представляла себе, что в мире есть что-то еще, кроме родного луга. Ей было очень любопытно и вместе с тем страшно и волнительно. Она понимала – чтобы узнать, что там, за лугом, ей придется покинуть родной дом. Но ведь она никогда не делала этого раньше. Пока Бабочка размышляла, на соседний цветок прилетела Мудрая пчела и начала деловито собирать мед. Бабочка слышала от взрослых, что пчелы любят путешествовать и могут улетать далеко от своего улья. Тогда она решила спросить у пчелы совета, стоит ли ей отправиться в путешествие.

Мудрая пчела задумчиво прожужжала: «Ж-ж-ж, мне каж-ж-жется, тебе стоит летать там, где хочется. Обязательно нуж-ж-жно путешествовать, ведь в мире так много интересного. Только сначала обязательно предупреди близких, куда ты отправляешься, ведь они могут тревож-ж-житься».

И тогда наша Бабочка решилась. Она полетела к маме и рассказала, что ей очень хочется узнать, что находится за лугом. Она боялась, что мама откажет ей, но та рассмеялась и ответила, что Бабочка уже совсем взрослая и, конечно, может долететь до его края сама. Тем более, что это не так далеко, как кажется.

Бабочка очень обрадовалась, взмахнула крыльями и поднялась в небо. Она долетела до самого края луга и там увидела прекрасный звонкий ручей, в котором отражалось солнце. Бабочка решила отдохнуть у ручья. Она опустилась на теплый песок и посмотрела по сторонам.

Вокруг возвышались деревья – такие огромные, что дух захватывало! Цветы были крупными и яркими, а воздух – теплым и ласковым. Все было таким необычным, что ей хотелось смеяться от радости. Бабочка хотела бы остаться в этом месте подольше, но она была умной и сознательной бабочкой. Она помнила, что скоро вечер и надо отправляться домой. Ей захотелось побыстрее рассказать маме о чудесном ручье и деревьях. Ребята, как вы думаете, что было дальше? (Дети дополняют историю.)

Рефлексия и прощание

Педагог-психолог хвалит детей и просит поделиться своими впечатлениями от занятия. Каждый ребенок рассказывает о том, что ему понравилось и запомнилось.

С. 5 из 5

Читайте в следующем номере

- 1** Готовый план консультаций с родителями на 2020/21 учебный год
- 2** Как помочь родителям, педагогам и детям, у которых сформировался навязчивый страх заболеть
- 3** Пять таблиц и два бланка, которые помогут вам провести фронтальное наблюдение в группах

Способы подписки: в издательстве

8 (800) 511-98-65

по России звонок бесплатный

в агентствах вашего города

Белгород: ИП Лазарев В.В., 8 (4722) 31-05-25, 8 (920) 555-42-52.

Владимир: ООО «Союз», 8 (4922) 60-10-02; Центр финансово-экономического развития «Владимир», 8 (4922) 37-09-78.

Екатеринбург: ООО «УП Урал-Пресс», 8 (343) 262-65-43.

Иваново: ООО «Гарант-Виктория», 8 (4932) 42-72-63.

Йошкар-Ола: ИП Прозоров А.В., 8 (8362) 32-15-46.

Калининград: ИП Юрина А.З., 8 (4012) 99-18-08, 99-18-07; ООО «Пресса-Подписка», 8 (4012) 46-02-73.

Москва: ОАО «АРЗИ», 8 (495) 631-62-50; АО «Агентство “Роспечать”», офис Москва, 8 (495) 921-25-55; ООО «УП Урал-Пресс», 8 (495) 789-86-36, 789-86-37.

Пермь: ООО «Информационные решения», 8 (342) 237-88-30, 237-99-60; ООО «Пресса-Люкс», 8 (342) 282-48-86, 278-67-76.

Рязань: ООО «Дом прессы», 8 (4912) 25-75-42.

Санкт-Петербург: ООО «ПРЕССИНФОРМ», 8 (812) 335-97-51, 786-92-98, 335-97-52.

Саранск: ООО «ЦДП Саранск», 8 (8342) 27-02-38; ООО «Ваш Эксперт-Регионъ», 8 (8342) 27-09-40, 27-09-60.

Саратов: ООО «Орикон», 8 (8452) 33-89-90.

Симферополь: ООО «ФАРЕНГЕЙТ КОНСАЛТИНГ», 8 (978) 821-77-69, 715-95-42.

Тольятти: ООО «АДП-Информ», 8 (8482) 68-13-68, 68-09-98, 49-21-98.

Тула: ООО «Международная школа консультирования – Тула», 8 (4872) 70-40-45, 70-40-46, 70-40-47; ИП Петрухина О.А., 8 (4872) 26-14-12, 8 (903) 036-53-24.

Чебоксары: ООО «Регион-Пресс», 8 (8352) 22-60-77, 22-43-03.

Ярославль: ООО «Лайк-Пресс», 8 (4852) 68-12-81, 68-12-82; ООО «ПрофЛит», 8 (4852) 28-00-30, 28-04-30

по каталогу на почте

«Роспечать» — 84295 (год); 80821 (полугодие)

«Почта России» — П2630 (год); П2629 (полугодие)

Вся информация для заведующих и специалистов детских садов

Комплексный подход к решению профессиональных задач



Готовые решения по вопросам управления для заведующего детским садом



Лучшее из практики воспитательной и методической работы для старшего воспитателя



Практические рекомендации по работе медицинской сестры и диетсестры



Ноты, тексты песен и сценарии утренников для музыкального руководителя



Все для психолого-педагогического сопровождения дошкольников



Удобный формат – простые решения



Принимайте юридически обоснованные решения



Быстрая подписка

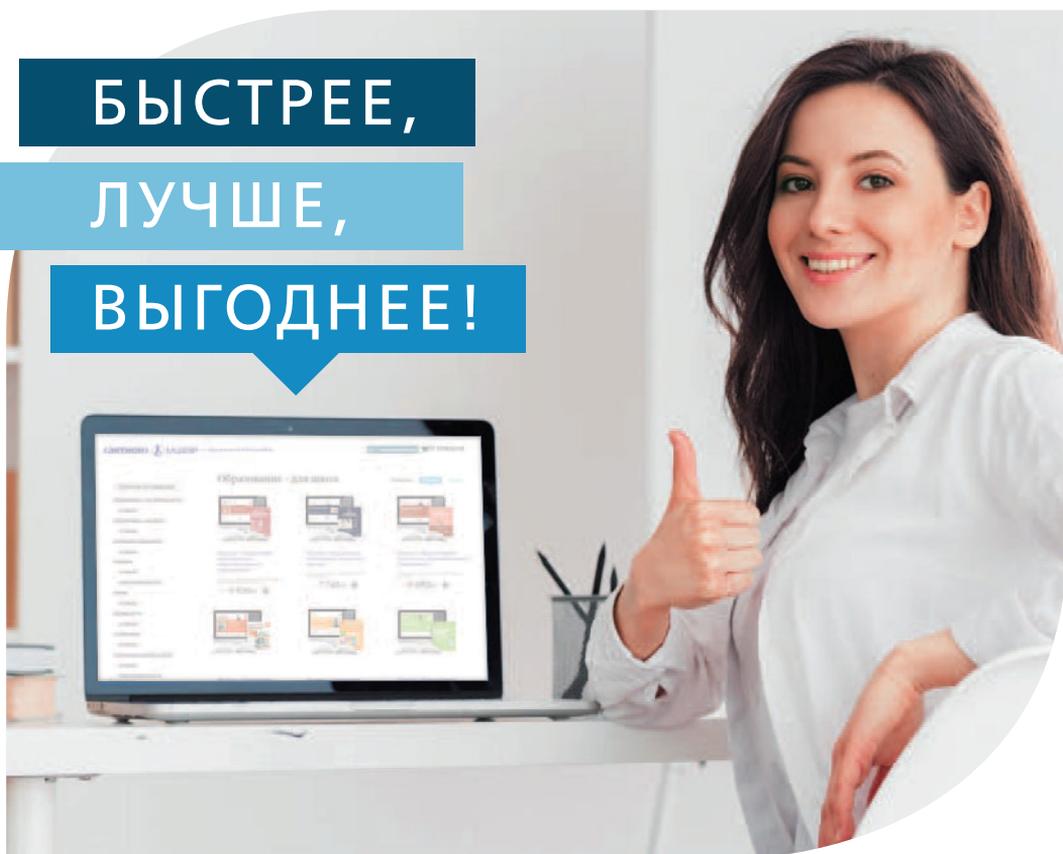
8 (800) 511-98-65

«АКТИОН» Образование

БЫСТРЕЕ,

ЛУЧШЕ,

ВЫГОДНЕЕ!



Подпишитесь на журнал на сайте

www.proflit.ru



Подписка
в 2 клика



Оплата
банковской
картой



Программа
лояльности
«Аktion-бонус»

Оформите подписку сейчас
8 (800) 511-98-65