

# СПРАВОЧНИК ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА ДЕТСКИЙ САД

**Коррекционно-развивающая  
работа с детьми с разными  
видами ОВЗ. Личный опыт  
и тематический план → 8**



Как педагогу-психологу  
работать с детьми  
с РАС → 22



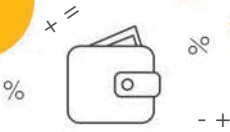
Схема занятия  
по глинотерапии,  
чтобы развивать  
у детей эмоциональный  
интеллект → 32



Профилактика буллинга  
в детском саду: готовый  
сценарий занятия  
с детьми → 52



1



Экономия  
до 30%



2



Подарки и бонусы  
для подписчиков

три причины  
оформить подписку  
в редакции журнала

3



Персональный  
менеджер  
ответит на все  
Ваши вопросы

Звонок по России  
бесплатный

8 (800) 511-98-65

даже с мобильного



# Звездный номер журнала

В феврале представляем вам звездный номер журнала. В нем мы собрали для вас практики трех призеров и дипломантов конкурса «Педагог-психолог России – 2019».

Мария Каминская, победитель в номинации «Верность профессии», делится опытом, как выстроить работу с детьми с разными видами ОВЗ в группах компенсирующей направленности → 8. Елена Григорян, обладательница II места в конкурсе, представляет модель работы с детьми с РАС → 22. Анна Малявкина, победитель в номинации «Профессионализм и творчество в работе с детьми дошкольного возраста», рассказывает, как с помощью глины развивать у детей эмоциональный интеллект → 32.

Продолжаем искать для вас интересные практики. В марте ждите еще две статьи от коллег, работу которых особо отметили члены жюри федерального этапа конкурса.

**Яна Юдина,**

ответственный редактор журнала

[JYudina@mcfrru](mailto:JYudina@mcfrru)



## Редакционная коллегия

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

**Инга Адмиральская** – психолог, психотерапевт, супервизор

**Татьяна Анишина** – ведущий эксперт «Акцион-МЦФЭР»

**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 МГППУ, д. психол. н., профессор

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

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

# Содержание

## НОВОСТИ

- 4 Родителям детей с ОВЗ доступны бесплатные консультации и новые вебинары

## КАЛЕНДАРЬ

- 5 Важные даты в феврале



## РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

- 8 Коррекционно-развивающая работа с детьми с разными видами ОВЗ. Личный опыт и тематический план
- 15 Три семинара и собрание в вашей циклограмме работы на февраль



## КОРРЕКЦИОННАЯ И РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА

- 22 Как педагогу-психологу работать с детьми с РАС
- 32 Схема занятия по глинотерапии, чтобы развивать у детей эмоциональный интеллект
- 38 Как провести коуч-сессию для родителей детей с нормой и особенностями развития

По вопросам подписки обращайтесь

**8 (800) 511-98-65**

по России звонок бесплатный

Нормативная база в печатном журнале представлена по состоянию на **17.12.2019**, в электронном – обновляется ежедневно



## ПСИХОПРОФИЛАКТИКА

- 52 Профилактика буллинга в детском саду: готовый сценарий занятия с детьми
- 62 «Бутылочка спокойствия»: как сделать релаксационную игрушку своими руками



## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОММУНИКАЦИЯ

- 68 Как провести семинар-практикум о психологическом здоровье педагогов. Готовый сценарий
- 76 «Мне кажется, Саше не хватает внимания»: лайфхаки для родителей и воспитателей

№ 2 февраль 2020 года

# СПРАВОЧНИК ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА ДЕТСКИЙ САД

**Учредитель** – ООО КФЦ «Актион»

**Издательство** – ООО «МЦФЭР»  
129110, г. Москва, ул. Гиляровского, д. 57, стр. 1,  
2-й этаж, комната 77

**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, г. 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)  
«Пресса России» – 44908 (год); 44950 (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.

Фото на обложке: © photographee.eu / 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 17.12.2019.

Дата выхода в свет 10.01.2020.

Формат 70 × 108/16. Тираж 7400 экз.

Печать офсетная. Бумага типографская.

Усл. печ. л. 7. Зак. № 25159.

Отпечатано в ООО ПО «Периодика».  
105082, г. Москва, Спартаковская  
площадь, д. 14, стр. 3.

Тел.: 8 (499) 267-44-57.

© Актион-МЦФЭР, 2020



# Родителям детей с ОВЗ доступны бесплатные консультации и новые вебинары

Расскажите родителям детей с ОВЗ, что у них есть возможность получить дополнительные консультации психолога онлайн. Также они могут записаться на бесплатные вебинары.

На консультациях специалисты ответят на вопросы родителей о социализации, здоровье, воспитании и обучении детей с особенностями развития. Их проводят социальные педагоги, психологи, специалисты по прикладному анализу поведения благотворительного фонда «Я особенный». Чтобы проконсультроваться, родителям нужно отправить письмо с пометкой «Консультация» на [fund.i.am.special@gmail.com](mailto:fund.i.am.special@gmail.com).

В январе фонд запустил бесплатные вебинары по психологической помощи для родителей детей с нарушениями здоровья. Их проводит кандидат психологических наук Эльвира Ганеева, специалист по Mindfulness – технике, которая помогает родителям осознанно работать со стрессом.

В феврале и марте пройдут пять вебинаров:

- 7 февраля: «Формирование эмоционального интеллекта детей

на основе упражнений на осознанность»;

- 14 февраля: «Упражнения, формирующие способность к концентрации внимания, – игры и упражнения. Трудности, которые могут появиться в ходе занятий. Что делать, если они появятся?»;

- 21 февраля: «Когнитивная терапия, основанная на осознанности, как программа, направленная на предупреждение рецидивов депрессии. Mindfulness-Based Cognitive Therapy – МВСТ»;

- 28 февраля: «Терапия, сфокусированная на сострадании. Compassion-Focused Therapy – СФТ»;

- 6 марта: «Основные практики, развивающие осознанность. Резюме».

Чтобы принять участие в вебинарах, отправьте заявку с пометкой «Психологическая помощь. Эльвира» на [fund.i.am.special@gmail.com](mailto:fund.i.am.special@gmail.com) и заполните анкету на сайте фонда.

**Источники:** [yaosobenniy.ru](http://yaosobenniy.ru), [dislife.ru](http://dislife.ru)



# Важные даты в феврале

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	

**Проведите занятие с детьми по профилактике буллинга в День спонтанного проявления доброты**

**17 февраля**

На занятии по профилактике буллинга используйте терапевтическую метафору и авторскую сказку → 52.

**Организируйте коуч-сессию для родителей детей с ОВЗ и нормой развития в День социальной справедливости**

**20 февраля**

Совместно со специалистами и педагогами детского сада познакомьте родителей детей с разными видами ОВЗ и нормой развития с комплексом упражнений, которые они смогут выполнять с ребенком дома → 8.

**Приурочьте семинар-практикум о психологическом здоровье к Международному дню неторопливости**

**26 февраля**

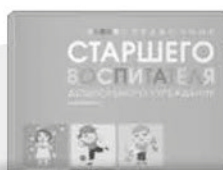
В феврале, когда педагоги особенно подвержены стрессу, расскажите им, какие упражнения помогут справиться с эмоциональными нагрузками → 68.

# 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



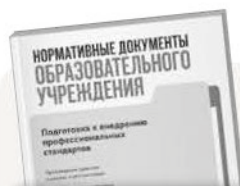
Ноты, тексты песен и сценарии утренников для музыкального руководителя



Все для психолого-педагогического сопровождения дошкольников



Удобный формат – простые решения



Принимайте юридически обоснованные решения



Быстрая подписка  
8 (800) 511-98-65

Реклама

«АКТИОН» Образование



# РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ



## **Коррекционно-развивающая работа с детьми с разными видами ОВЗ. Личный опыт и тематический план → 8**

Мария Каминская, педагог-психолог МАДОУ «Детский сад № 50  
комбинированного вида», г. о. Петропавловск-Камчатский

**Три семинара и собрание  
в вашей циклограмме работы на февраль → 15**

# Коррекционно-развивающая работа с детьми с разными видами ОВЗ. Личный опыт и тематический план

Во втором полугодии задачи педагога-психолога сфокусированы на индивидуальных потребностях детей. А когда детский сад посещают дети с разными видами ОВЗ, необходимо спланировать свою работу так, чтобы учесть все их особенности. Мы попросили Марию Каминскую, победителя номинации «Верность профессии» конкурса «Педагог-психолог России – 2019» поделиться опытом, как она выстраивает работу с детьми средней группы компенсирующей направленности.

---

В своей работе я сталкиваюсь с тем, что количество детей с ОВЗ растет, и это вынуждает искать новые методы, чтобы эффективно проводить их психокоррекцию. В нашем детском саду 95 детей имеют статус ОВЗ, и я сочетаю индивидуальную работу с ними с работой в группах. Для детей среднего дошкольного возраста использую две базовые программы – мою авторскую программу «Путешествие в волшебный лес» и программу Е. Котышевой «Мы друг другу рады!». По ним я работаю с детьми с заключениями ЦПМПК о несформированности высших психических функций смешанного типа, нарушении эмоционально-волевой сферы, задержке речевого развития. Содержание занятий по программам корректирую исходя из рекомендаций ЦПМПК с учетом результатов диагностики воспитанников. В статье я рассказала, какие задачи я ставлю, когда работаю по программам, и как выстраиваю занятия с детьми.

## Какие задачи помогает решать программа «Путешествие в волшебный лес»

Авторская программа «Путешествие в волшебный лес» – это краткосрочная программа. В ней 9 занятий. Она основана на методе сказкотерапии, приемах игровой терапии и психогимнастики, включает в себя элементы музыкального сопровождения.

Занятия по программе помогают обеспечить эмоциональное благополучие детей и стабилизировать их эмоциональное состояние. В процессе работы у воспитанников уменьшается эмоциональное и телесное напряжение, формируются навыки саморасслабления, развиваются коммуникативные навыки, воображение, произвольная регуляция поведения, слуховое и зрительное внимание, способность к его концентрации.

Также на занятиях по программе «Путешествие в волшебный лес» я решаю задачи проработки эмоционально-личностных проблем детей в преневротическом

---

ПОБЕДИТЕЛЬ НОМИНАЦИИ КОНКУРСА «ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РОССИИ - 2019»

Номинация «Верность профессии»



**Мария Каминская**, педагог-психолог высшей квалиф. кат. Работает в МАДОУ «Детский сад № 50 комбинированного вида», г. о. Петропавловск-Камчатский, в котором функционируют 8 групп компенсирующей направленности для детей с ОВЗ различной нозологии: нарушение интеллектуальной деятельности, нарушение опорно-двигательного аппарата, расстройство аутистического спектра. Автор коррекционно-развивающей программы «Путешествие в волшебный лес» для детей средней возрастной группы с ОВЗ, которая стала лауреатом VIII Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы» и получила гриф «Рекомендовано Федерацией психологов образования России» для использования в образовательных учреждениях.



**Справка**

Программу

«Путешествие в волшебный лес» можно также использовать в общеразвивающих группах, например, в адаптационный период

состоянии. Программа включает три блока, которые позволяют работать с проблемами развития эмоционально-волевой и познавательной сфер у детей в комплексе. Задача первого блока – проработать телесные зажимы за счет психомышечной релаксации и психодинамической медитации, второго – развивать коммуникативные навыки, третьего – развивать познавательную сферу.

По результатам работы по программе у детей наблюдаются позитивные изменения в развитии эмоционально-волевой и коммуникативной сфер. Они приобретают уверенность в себе, своих действиях, у них снижается проявление импульсивности в поведении, формируется способность к концентрации внимания, раскрывается творческий потенциал. С помощью программы воспитанники достигают большей эмоциональной устойчивости, у них стабилизируется эмоциональное состояние, актуализируются и раскрываются ресурсы детской психики.

### **Как работать по программе «Путешествие в волшебный лес»**

Занятия по программе «Путешествие в волшебный лес» строятся по единой схеме. Приветствие повторяется из занятия в занятие и помогает детям перейти из обычной жизни в детском саду в игровую ситуацию. После приветствия я использую прием «введения» в занятие – он выступает для детей «сказочным законом», который нормирует детей. Воспитанники «попадают» на поляну игр в волшебном лесу и с поляны игр в кабинет педагога-психолога через одну из «дверей»: мостик, тоннель, радугу или канат. Основная часть занятия проходит в три фазы: психодинамическая медитация, подвижные или результативные игры, психомышечная релаксация. Занятия оканчиваются одним и тем же ритуалом: со словами «до свидания» дети складывают ладони одна на другую. Полное содержание занятий по программе смотрите в тематическом плане → 13.

Читайте  
в II полугодии  
2020 года



№ 7

Идеи,  
как превратить  
бытовые предметы  
в оборудование  
для кабинета  
педагога-  
психолога

Быстрая  
подписка  
8 (800) 511-98-65

В фазе психодинамической медитации дети «перевоспознаются», получают позитивный двигательный опыт, у них развивается чувствительность. На 1, 2, 3, 6 и 9-м занятиях программы дети в течение 8–10 минут изображают животных и характерные для них движения и звуки. Этот прием развивает воображение детей, помогает снизить эмоциональное, интеллектуальное и телесное напряжение. Воспитанники учатся чувствовать свое тело.

На 4, 5 и 7-м занятиях дети «погружаются» в стихию земли и представляют себе ощущения, которые возникают в ступнях от разных видов почвы. Это помогает им «заземлиться» и наполняет тело энергией. На 8-м занятии на психодинамической медитации дети сидят в центре тканевой «паутинки». Это развивает у них чувство опоры и стабильности, доверие, координацию движений.

В фазе подвижных игр у детей развиваются коммуникативные навыки, они учатся фокусировать внимание, слушать и наблюдать, запоминать последовательность движений. Подвижные игры ориентированы на взаимодействие, они наглядны. В них дети могут оценить себя и особенности своего общения с другими детьми и педагогом-психологом.

Основную часть занятия завершает детский вариант психомышечной тренировки на основе игр М. Чистяковой. Эта фаза помогает снять психоэмоциональное напряжение у воспитанников, восстановить силы. Эта фаза особенно полезна детям со слабой нервной системой и детям, которые невротизируются от того, что их психофизические и соматические реакции отстают от общего ритма сверстников.

### **Как перейти к работе по программе «Мы друг другу рады!»**

После девятого занятия по программе «Путешествие в волшебный лес» я начинаю работу по программе Е. Котышевой «Мы друг другу рады!». С детьми

**Справка**

Психодинамическая медитация помогает гиперактивным детям снять напряжение, а застенчивым — почувствовать себя более комфортно на занятии

с задержкой психо-речевого развития и нарушениями эмоционально-волевой сферы работаю в подгруппах по 7 человек. В зависимости от физических, психических и умственных возможностей детей я корректирую содержание занятий. Например, для группы с воспитанниками с ДЦП исключаю те подвижные игры, которые окажутся труднодоступными для детей. Программу Е. Котышевой я использую в том числе в работе с воспитанниками со сложным дефектом в группах по 6 человек.

Музыкально-коррекционные занятия проходят по схеме, которая повторяется каждый раз: приветствие, «свободное движение», ритмическая разминка, упражнения для развития мелкой моторики, пение, коммуникативные и ритмические игры или игры по правилам, прощание. Постоянная структура занятий создает у детей ощущение стабильности и безопасности. В процессе занятий я также фиксирую и анализирую позитивные изменения: дети начинают проявлять игровую, коммуникативную и речевую активность, у них развивается координация при выполнении движений пальцев рук и артикуляционных движений, навык произвольной регуляции поведения, эмоциональная сфера. Дети лучше запоминают движения и могут концентрироваться на задании.

Основная цель работы по программе Е. Котышевой – социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья. Эффект от занятий для воспитанников с ОВЗ усиливает то, что они основаны на музыкальном компоненте. Музыка вызывает у дошкольников положительные эмоции, мобилизует резервные силы организма, становится стимулом для развития всех психических процессов, а также коммуникативных способностей. Согласно исследованиям В.М. Бехтерева музыкальный ритм помогает установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения.

## Тематический план программы «Путешествие в волшебный лес»

Номер занятия	Содержание занятия			Задачи
	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
Занятие 1	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – мостик	1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных. 2. Игры «Делай, как я», «Дятел», «Тихий колокольчик». 3. Психомышечная тренировка: «Лицо загорает», «Игра с муравьем»	Выход из «волшебного леса»	Снизить эмоциональное и телесное напряжение, развивать коммуникативные навыки
Занятие 2	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – мостик	1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: кошка, змея, лев, птица. 2. Игры «Дятел», «Самый ловкий наездник», «Слушай музыку». 3. Психомышечная тренировка: «Лицо загорает», «Солнышко и тучка»	Выход из «волшебного леса»	Снизить эмоциональное и телесное напряжение, развивать акустическое внимание, формировать навыки саморасслабления и саморегуляции
Занятие 3	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – тоннель	1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, жираф, птица. 2. Игры «Скучно так сидеть», «Кто за кем». 3. Психомышечная тренировка: «Игра с песком», «Ветер, дождь и гром»	Выход из «волшебного леса»	Формировать адекватную самооценку, развивать произвольное внимание, формировать навыки саморасслабления
Занятие 4	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – тоннель	1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихию: земля. 2. Игры «Флажок», «Смелые наездники», «Тихий колокольчик». 3. Психомышечная тренировка: «Лицо загорает», «Игра с муравьем»	Выход из «волшебного леса»	Развивать воображение, развивать зрительное внимание, развивать коммуникативные навыки

Номер занятия	Содержание занятия			Задачи
	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	
Занятие 5	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – радуга	1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихию: земля. 2. Игры: «Дятел», «Слушай музыку», «Горячая картошка»	Выход из «волшебного леса»	Снять эмоциональное и телесное напряжение, развивать способность к сопереживанию, развивать акустическое внимание
Занятие 6	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – радуга	1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, змея, медведь. 2. Игра «Полоса препятствий». 3. Психомышечная тренировка: «Медвежата в берлоге», «Игра с шишками», «Отдых»	Выход из «волшебного леса»	Снизить телесное напряжение, развивать уверенность в себе, обучать приемам саморасслабления
Занятие 7	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – канат	1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихию: земля. 2. Игры «Делай, как я», «Флажок», «Тихий колокольчик». 3. Психомышечная тренировка: «Медвежата в берлоге», «Игра с шишками», «Отдых»	Выход из «волшебного леса»	Снизить телесное напряжение, развивать зрительное внимание, развивать коммуникативные навыки
Занятие 8	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – канат	1. Психодинамическая медитация. Волшебная паутинка. 2. Игры «Дятел», «Смелые наездники». 3. Психомышечная тренировка: «Лицо загорает», «Игра с муравьем»	Выход из «волшебного леса»	Способствовать развитию чувства внутренней опоры, стабильности, развивать воображение, формировать навыки саморасслабления
Занятие 9	Приветствие. Переход в «волшебный лес» – тоннель	1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, змея, медведь. 2. Игры «Скучно так сидеть», «Кто за кем». 3. Психомышечная тренировка: «Медвежата в берлоге», «Игра с шишками», «Отдых»	Выход из «волшебного леса»	Развивать произвольное внимание, формировать навыки саморасслабления, развивать коммуникативные навыки



# Три семинара и собрание в вашей циклограмме работы на февраль

Воспользуйтесь готовой циклограммой работы, чтобы спланировать дела на месяц. В феврале – три семинара, установочное собрание с педагогами и детско-родительский тренинг\*.

---

В этой статье  
на [e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)  
получите  
персональную  
циклограмму

В феврале выявите трудности родителей в воспитании детей и проведите семинар для них. Подготовьте литературу по актуальным проблемам родителей и педагогов.

**Организационно-методическая работа.** Раздайте анкеты родителям, чтобы выявить их трудности воспитания детей. Подготовьтесь к установочному собранию с педагогами и занятиям с детьми. Для консультаций составьте списки литературы, сделайте копии статей.

**Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование.** Проведите семинары с воспитателями и родителями в вопросно-ответной форме. На собрании с педагогами соберите информацию о возможных трудностях поведения детей весной. Завершите циклы тренингов по коррекции детско-родительских отношений и семинаров-практикумов с педагогами по нестандартным ситуациям.

**Коррекционно-развивающая работа.** Продолжайте занятия в группах и индивидуально с воспитанниками с ОВЗ. Проведите работу с детьми по запросу родителей, например, когда ребенок отказывается говорить в детском саду или испытывает трудности в общении с отчимом.

*\* Циклограмму подготовила Елена Абазян, педагог-психолог дошкольного отделения «Цветик» ГБОУ «Школа № 2109», Москва.*

## РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

### циклограмма на месяц / февраль

Направление работы	Задачи	Адресат	Документы
<b>1-Я НЕДЕЛЯ: 3–7 ФЕВРАЛЯ</b>			
Организа- ционно-методиче- ская работа	Подготовить анкеты для родителей, чтобы выявить их трудности в воспитании и развитии детей и осветить их на семинаре	Родители	Анкеты, памятки
	Подготовить материал для консультаций родителей на тему «Ребенок отказывается использовать речь в детском саду, но говорит дома» и получить от них видеоматериал для индивидуальных занятий с ребенком	Дети, родители	Списки литературы, памятки, копии статей, другая информация в печатном или бумажном виде, видеозапись поведения ребенка дома
	Подготовить материал для финального семинара-практикума на тему «Способы реагирования педагога в нестандартных ситуациях при взаимодействии с детьми и родителями»	Педагоги	Презентация, памятки, план-конспект
	Подготовить материалы для занятий с детьми с ОВЗ дома	Дети с ОВЗ, их родители	Альбомы на каждого ребенка с ОВЗ и задания, которые вклеиваются в альбом
Коррекци- онно-развиваю- щая работа	Провести индивидуальные занятия с ребенком по запросу родителей на тему «Ребенок отказывается использовать речь в детском саду, но говорит дома»	Дети	Записи в журнале индивидуальной развивающей работы
	Провести фронтальные занятия с детьми всех возрастных групп детского сада	Дети 2–7 лет	Записи в журналах групповой развивающей работы
	Провести индивидуальные или групповые занятия с детьми с ОВЗ	Дети с ОВЗ	Записи в журналах индивидуальной и групповой развивающей работы

Направление работы	Задачи	Адресат	Документы
Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование	Провести анкетирование и выявить пожелания родителей по теме семинара в вопросно-ответной форме «Трудности воспитания»	Родители	Анкеты
	Провести финальный семинар-практикум для педагогов «Способы реагирования педагога в нестандартных ситуациях при взаимодействии с детьми и родителями»	Педагоги	Лист регистрации, план-конспект
	Провести консультации для родителей и педагогов по запросу	Родители, педагоги	Листы беседы с родителями, педагогами

#### 2-Я НЕДЕЛЯ: 10–14 ФЕВРАЛЯ

Организационно-методическая работа	Подготовить и раздать родителям материал на тему «Детский онанизм — как относиться родителям»	Родители	Списки литературы, памятки, копии статей, другая информация в печатном или бумажном виде
	Подготовить материал для семинара с педагогами на тему «Детский онанизм: реакции педагога и поведение детей»	Педагоги	Презентация, памятки, план-конспект
	Подготовить материал для семинара с родителями в вопросно-ответной форме «Трудности воспитания»	Родители	План-конспект, памятки
	Подготовить материалы для занятий с детьми с ОВЗ дома	Дети с ОВЗ, их родители	Альбомы на каждого ребенка с ОВЗ и задания, которые вклеиваются в альбом
Коррекционно-развивающая работа	Провести индивидуальные занятия с ребенком по запросу родителей на тему «Ребенок отказывается использовать речь в детском саду, но говорит дома»	Дети	Записи в журнале индивидуальной развивающей работы

## РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

### циклограмма на месяц / февраль

Направление работы	Задачи	Адресат	Документы
	Провести фронтальные занятия с детьми всех возрастных групп детского сада	Дети 2–7 лет	Записи в журналах групповой развивающей работы
	Провести индивидуальные или групповые занятия с детьми с ОВЗ	Дети с ОВЗ	Записи в журналах индивидуальной и групповой развивающей работы
Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование	Провести семинар для педагогов «Детский онанизм: реакции педагога и поведение детей»	Педагоги	Лист регистрации, план-конспект
	Провести семинар для родителей в вопросно-ответной форме «Трудности воспитания»	Родители	Лист регистрации, план-конспект
	Провести консультации для родителей и педагогов по запросу	Родители, педагоги	Листы беседы с родителями, педагогами

#### 3-Я НЕДЕЛЯ: 17–21 ФЕВРАЛЯ

Организационно-методическая работа	Подготовить материал для консультаций родителей и индивидуальных занятий с детьми на тему «Как наладить взаимоотношения отчима и ребенка»	Дети, родители	Задания по теме на листках, план-конспект, памятки
	Подготовить материал для финального детско-родительского тренинга «Коррекция детско-родительских взаимоотношений, развитие родительских навыков»	Дети, родители	Задания по теме на листках, план-конспект, памятки
	Подготовить материалы для занятий с детьми с ОВЗ дома	Дети с ОВЗ, их родители	Альбомы на каждого ребенка с ОВЗ и задания, которые вклеиваются в альбом
Коррекционно-развивающая работа	Провести в присутствии отчима индивидуальные занятия с ребенком по запросу на тему «Как наладить взаимоотношения отчима и ребенка»	Дети	Записи в журнале индивидуальной развивающей работы

Направление работы	Задачи	Адресат	Документы
	Провести фронтальные занятия с детьми всех возрастных групп детского сада	Дети 2–7 лет	Записи в журналах групповой развивающей работы
	Провести индивидуальные или групповые занятия с детьми с ОВЗ	Дети с ОВЗ	Записи в журналах индивидуальной и групповой развивающей работы
Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование	Провести мини-консилиум по запросу родителей	Родители	Лист беседы с родителями
	Провести финальный детско-родительский тренинг «Коррекция детско-родительских взаимоотношений, развитие родительских навыков»	Дети, родители	Лист регистрации, план-конспект
	Провести консультации для родителей и педагогов по запросу	Родители, педагоги	Листы беседы с родителями, педагогами

#### 4-Я НЕДЕЛЯ: 25–28 ФЕВРАЛЯ

Организационно-методическая работа	Подготовить раздаточный материал по теме консультаций для родителей и педагогов «Беспричинная плаксивость ребенка»	Родители, педагоги	Списки литературы, памятки, копии статей, другая информация в печатном или бумажном виде
	Подготовиться к установочному собранию с педагогами на тему «Поведенческие трудности детей в начале весны. Что делать?»	Педагоги	Информация в печатном и бумажном виде
	Заполнить листы обследования детей к заседанию ППк	Дети 2–7 лет	Листы обследования
	Подготовить материалы для занятий с детьми с ОВЗ дома	Дети с ОВЗ, их родители	Альбомы на каждого ребенка с ОВЗ и задания, которые вклеиваются в альбом

## РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

### циклограмма на месяц / февраль

Направление работы	Задачи	Адресат	Документы
Коррекционно-развивающая работа	Провести индивидуальные занятия с детьми по запросу родителей на темы «Беспричинная плаксивость», «Как наладить взаимоотношения отчима и ребенка»	Дети	Записи в журнале индивидуальной развивающей работы
	Провести фронтальные занятия с детьми всех возрастных групп детского сада	Дети 2–7 лет	Записи в журналах групповой развивающей работы
	Провести индивидуальные или групповые занятия с детьми с ОВЗ	Дети с ОВЗ	Записи в журналах индивидуальной и групповой развивающей работы
Психопрофилактика, психодиагностика, консультирование	Провести обследование детей перед заседанием ППк	Дети 2–7 лет	Листы обследования
	Провести установочное собрание с педагогами, чтобы выявить возможные поведенческие трудности детей в начале весны	Педагоги	Лист регистрации, план-конспект
	Провести консультации для родителей и педагогов по запросу	Родители, педагоги	Листы беседы с родителями, педагогами

СОСТАВЬТЕ ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ЦИКЛОГРАММУ

в электронном журнале

[e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)

# КОРРЕКЦИОННАЯ И РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА



## Как педагогу-психологу работать с детьми с РАС → 22

Елена Григорян, педагог-психолог БМАДОУ «Детский сад № 12 "Радуга"»,  
г. Березовский, Свердловская обл., к. психол. н.

Схема занятия по глинотерапии, чтобы развивать у детей  
эмоциональный интеллект → 32

Как провести коуч-сессию для родителей детей  
с нормой и особенностями развития → 38

# Как педагогу-психологу работать с детьми с РАС

Каждый год число детей с диагнозом РАС увеличивается. По данным Center for Disease Control and Prevention, 1 из 59 детей имеет расстройство аутистического спектра, а 78 процентов от всех случаев зарегистрировано за последние 5 лет. О том, как работать с детьми по единой модели в условиях, когда проявления РАС отличаются друг от друга, а воспитанников с диагнозами становится все больше, рассказывает Елена Григорян, призер конкурса «Педагог-психолог России – 2019», к. психол. н.

---

Чтобы выстроить работу с детьми с РАС, используйте модель из четырех блоков. Блоки включают в себя индивидуальные коррекционные занятия и занятия в инклюзивной группе, взаимодействие с родителями и педагогами. Ведите работу по всем блокам одновременно. Модель позволит организовать командную работу педагогов детского сада и родителей, что поможет компенсировать отсутствующие навыки у детей с РАС, облегчит их пребывание в детском саду и обеспечит комплексную коррекцию нарушений социализации, коммуникации, социального воображения.

1

блок

## Организируйте индивидуальную работу с ребенком с РАС

Выстраивайте работу с ребенком с РАС в 4 этапа. На предварительном этапе соберите данные о воспитаннике, на адаптационном – проведите углубленную диагностику и по ее итогам организуйте занятия в мини-группах. На завершающем этапе включите ребенка в инклюзивную группу, чтобы перенести его навыки в повседневную жизнь.



**Предварительный этап.** Проведите первичный сбор психологического анамнеза. Для первичного скрининга симптомов используйте шкалу C.A.R.S. или опросник M-CHAT-R – рейтинговые шкалы на основе клинических наблюдений за поведением ребенка. Обобщите информацию из анамнестической беседы с родителями о поведении, социальных навыках и коммуникациях ребенка, а также данные наблюдений воспитателя.

**Адаптационный этап.** Проведите углубленную диагностику ребенка. Выберите методики и комплекты для диагностики развития высших психических функций и уровня развития интеллекта. Для диагностики уровня интеллектуального развития воспитанников от 5 лет используйте тест WAIS Д. Векслера или тест «Цветные прогрессивные матрицы Равена». Некоторым детям с РАС тест Равена подходит больше – им бывает сложно отвечать на вопросы вербальной батареи теста Векслера из-за нарушений коммуникативной сферы. Для диагностики развития высших психических функций

---

## II МЕСТО В КОНКУРСЕ «ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РОССИИ – 2019»

**Елена Григорян**, педагог-психолог, Березовское МАДОУ «Детский сад № 12 “Радуга” общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей», к. психол. н., доцент кафедры психологии образования ФГБОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет», член Российского психологического общества. Эксперт Минобразования и молодежной политики по вопросам организации психологической службы в системе образования, ведущий специалист и супервизор по реализации подпроекта «Счастливая семья» федерального проекта «Современный родитель» в Свердловской области. Опубликовала 50 статей и 7 учебных пособий. Учебно-методическое пособие «Диагностика и коррекция самосознания матери» получило гриф УМО по психолого-педагогическому образованию.



детей от 3 лет подойдет комплект материалов «Экспресс-диагностика в детском саду» Н. Павловой и Л. Руденко, а также комплект Семага.

**Этап частичной инклюзии.** По итогам диагностики организуйте коррекционные занятия с ребенком с РАС в мини-группе по 2–3 человека в начале работы и в подгруппе по 6–7 человек на завершающем этапе. Ставьте задачи адаптировать ребенка с РАС к микросоциуму группы, развивать его высшие психические функции, минимизировать трудности поведения. Основной акцент делайте на стабильности, неизменности среды и ритуальном построении занятий. Проводите занятия с опорой на визуальное расписание и подсказки. В ходе занятий развивайте у ребенка навыки коммуникации, познавательную деятельность, формируйте целенаправленные предметные действия, расширяйте практический опыт.

**Этап полной инклюзии.** Когда вы увидите, что ребенку комфортно взаимодействовать со сверстниками в мини-группе, начните занятия с ним в инклюзивной группе. Придерживайтесь принципов работы, которые вы заложили на предыдущем этапе, – стабильности среды и ритуального построения занятий с опорой на визуальное расписание и подсказки. Основная цель этапа полной инклюзии – автоматизировать и перенести в повседневную жизнь навыки, которые ребенок получил на занятиях в кабинете педагога-психолога.

## 2

### блок

#### **Проведите работу с родителями**

Проведите диагностику детско-родительских отношений, организуйте консультационную помощь родителям ребенка с РАС и привлечите их к работе в качестве активных участников образовательного процесса. Включайте родителей в мастер-классы и семинары, чтобы они осознали необходимость автоматизировать навыки ребенка, которые вы формируете на занятиях.

**Диагностический этап.** В начале взаимодействия с родителями соберите подробный анамнез особенностей развития ребенка и проведите диагностику детско-родительских отношений и стиля воспитания в семье. Подберите диагностические методики из списка: Методика PARI (parental attitude research instrument) Шеффера Е.С. и Белла Р.К. в адаптации Нещерет Т.В. и модификации Архиреевой Т.В., опросник для исследования эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия Захаровой Е.И., опросник «Взаимодействие родитель – ребенок» Марковской И.М., опросник «Анализ семейных взаимоотношений» Эйдемиллера Э.Г., Юстицкиса В.В. (АСВ), тест-опросник родительского отношения (ОРО), Варги А.Я., Столина В.В.

Методика PARI позволит изучить отношения родителей к разным сторонам семейной жизни, семейным ролям, ребенку, опросник Захаровой Е.И. – опосредованно выявить степень выраженности характеристик эмоционального взаимодействия родителей с ребенком, опросник Марковской И.М. – оценить качество взаимодействия родителя и ребенка. Опросник АСВ поможет проанализировать уровень протекции в процессе воспитания, степень удовлетворения потребностей ребенка, количество и качество требований к ребенку в семье, тест-опросник ОРО – провести диагностику родительского отношения, чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов.

**Консультационный этап.** После диагностического этапа проведите просветительскую работу с родителями. Проинформируйте их об особенностях развития детей с РАС. Выдайте рекомендации, как организовать режим дня и сформулировать правила для ребенка, использовать макро- и микровизуальные расписания. Расскажите им, как поощрять ребенка за его достижения и организовать пространство для занятий и отдыха → 28. На консультациях работайте с переживаниями родителей в связи с тем, что у них родился «особый» ребенок.

Помогите им принять факт, что расстройство ребенка невозможно вылечить полностью, но его вариант развития равноценен норме. Проведите работу, чтобы нормализовать детско-родительские отношения и стиль воспитания в семье.

**Этап включения в коррекционно-развивающую работу.** Предложите родителям посещать коррекционные занятия вместе с детьми. Это поможет формировать педагогические компетенции у родителей и позволит им отслеживать динамику развития их ребенка.

## 3

### блок

#### **Организируйте консультации с педагогами**

Оцените, насколько педагоги готовы работать с детьми с РАС. Проинформируйте их о специфике, как организовать индивидуальную развивающую среду для воспитанников и как выстроить образовательный процесс.

**Диагностический этап.** Проведите анкетирование педагогов и определите, насколько они знают особенности детей с РАС и готовы работать с ними. Проанализируйте, какая помощь требуется педагогам при организации образовательного процесса с детьми с РАС.

**Просветительский этап.** Консультируйте педагогов по вопросам инклюзивного образования. Формируйте у них компетенции, которые позволят им учитывать в работе особенности детей с РАС, развивать у воспитанников навыки социального взаимодействия и устранять нежелательные формы поведения. Раздайте им шпаргалки с основными принципами работы с детьми с РАС → 30.

## 4

### блок

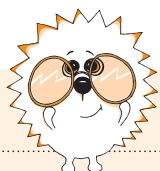
#### **Работайте с детьми инклюзивной группы**

В инклюзивной группе развивайте толерантность и эмпатию у воспитанников. Выстраивайте работу совместно с воспитателем по трем направлениям: организованная

образовательная деятельность воспитателя с детьми, свободная игра и деятельность в ходе режимных моментов.

**Диагностический этап.** Проведите наблюдение в группе. Зафиксируйте особенности взаимодействия воспитанников, их коммуникативные и моторные особенности, игровые возможности. Фиксируйте динамику изменений.

**Коррекционно-развивающий этап.** После диагностики выберите формы, средства и методы психолого-педагогической коррекции, чтобы развивать толерантность и эмпатию у детей. Используйте игру как ведущий вид деятельности. Сюжетно-ролевые игры позволят детям освоить и применить практически способы толерантного взаимодействия. Игры-занятия на основе сказок и терапевтических метафор научат детей решать проблемы межличностного взаимодействия в сказочных ситуациях. Предлагайте воспитанникам сочинять сказки самостоятельно и инсценировать их, чтобы в символической форме отработать проблемные ситуации и найти способы, как решать конфликты.



## К СВЕДЕНИЮ

### Принципы модели работы с ребенком с РАС

Модель работы с ребенком с РАС базируется на четырех принципах. Согласно принципу LEAP терапии вы организуете пребывание ребенка в детском саду среди сверстников без особенностей развития. Согласно принципу метода АВА, все сложные навыки – творческая игра, речь, умение смотреть в глаза – дробятся на мелкие блоки-действия. По принципу на основе ТЕАССН-подхода вы создаете

условия в группе, которые соответствуют особенностям ребенка – четко структурируете время и пространство, используете различные формы визуальных расписаний и подсказок. Четвертый принцип основан на методиках The P.L.A.Y. Project, ТЕАССН, LEAP, АВА: согласно ему вы привлекаете родителей ребенка с РАС к коррекционной работе в качестве активных партнеров.



## Каких правил придерживаться в воспитании ребенка с РАС

### Не замыкайтесь вокруг ребенка

Не становитесь «аутичной» семьей. Не избегайте друзей, путешествуйте с ребенком, активно вводите его в социум.

### Соблюдайте режим дня

Сделайте альбом с фотографиями действий ребенка в режиме дня. Каждый раз проговаривайте режимные моменты с ребенком и показывайте фотографии.

### Играйте с ребенком как можно чаще

Предлагайте ребенку выбрать игру. Используйте контактные игры, которые развивают тактильные навыки, – «Ладушки», «Сорока-ворона». Привлекайте к игре с ребенком ближайшее окружение: бабушку, дедушку, брата, сестру.

### Будьте терпеливы

Помните: ребенку с РАС нужно намного больше внимания, чем обычному ребенку.

### Учите ребенка видеть отличия

Когда ребенок играет в песочнице, покажите ему, что сухой песок рассыпается, а из мокрого получаются куличики.



## Будьте последовательны

Когда в детском саду педагог-психолог или воспитатель устанавливает для ребенка правила, следите, чтобы ребенок соблюдал их и дома.

## Постепенно учите ребенка подражать

Например, разделите обучение игре в песочнице на несколько этапов. Уделите каждому этапу несколько дней. Показывайте на своем примере, как набирать песок в формочку и при этом не рассыпать его хаотично на окружающих. Через несколько дней начните учить переворачивать формочку. Это важно потому, что у детей с РАС нарушен элемент подражания и плохо развито социальное воображение. Детям с РАС сложно играть «понарошку» в куклы, «варить» для них кашу, устраивать «чаепития», а также смириться с тем, что в песочнице есть другие дети кроме них.

## Научитесь отказывать

Обозначьте ребенку границы. Нужно, чтобы он знал слова «нет», «нельзя». Это формирует у ребенка понимание того, что некоторые его поступки могут причинить боль. При этом будьте последовательны. Например, толкать детей на площадке или бить маму нельзя ни при каких обстоятельствах, даже если ребенок очень устал или расстроен.

## Придумайте и соблюдайте ритуалы

Придумайте ритуалы пробуждения и отхода ко сну, игры и занятий, походов в гости и прощания с мамой в детском саду.

## Ведите дневник

Фиксируйте успехи и трудности ребенка письменно, в фото- или видеодневнике наблюдений. Это поможет вам продемонстрировать успехи и трудности ребенка специалистам, увидеть его прогресс в развитии.



## Принципы, которые помогут в работе с ребенком с РАС

### Лояльность

Принимайте ребенка таким какой он есть, не пытайтесь изменить его.

### Последовательность

Соблюдайте ежедневные ритуалы и правила.

### Чуткость

Научитесь улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы ребенка.

### Сдержанность

Не повышайте голос и избегайте громких звуков, шума.

### Лаконичность

Давайте инструкции ребенку кратко и четко.

### Наглядность

Используйте визуальное расписание и подсказки.

### Коммуникация

Взаимодействуйте с родителями и специалистами детского сада.



## Алгоритм действий воспитателя в критической ситуации с ребенком с РАС

**1** Отведите ребенка в тихое, хорошо знакомое ему помещение, например спальню.

**2** Если ребенок отказывается идти, переведите в другое место остальных детей.

**3** Обеспечьте ребенку тишину.

**4** Отвлеките ребенка на значимые для него игры или занятия, которые обычно успокаивают его.

**5** Позовите педагога-психолога.

*В следующем номере читайте конспект занятия с ребенком с РАС и подробный анализ случая*

## Схема занятия по глинотерапии, чтобы развивать у детей эмоциональный интеллект

Мы представляем опыт победителя в номинации «Профессионализм и творчество в работе с детьми дошкольного возраста» конкурса «Педагог-психолог России – 2019» Анны Малявкиной. Используйте ее инструкцию, чтобы провести занятие по глинотерапии. Анна рассказывает, какие этапы работы с глиной она выделяет, и предлагает вариант схемы занятия с детьми.

---

В своей работе я использую глину как доступный и пластичный материал, который позволяет развивать у детей эмоциональный интеллект. Организую работу в подгруппах с воспитанниками, которые еще не умеют выражать эмоции словами. Уделяю особое внимание детям с агрессивным настроением, невротическими проявлениями, тревожным и неуверенным в себе воспитанникам. На основе модели В. Оклендер я условно выделяю три этапа работы с глиной. На первом этапе дети знакомятся с материалом и учатся контролю над ним. На втором этапе – пробуют лепить и в процессе работы осознают и перерабатывают свои эмоции, вплоть до возможности физически разрушить поделку. На третьем этапе я провожу ритуал окончания занятия и рефлексия. Последовательность и длительность этапов → 36 варьируется в зависимости от индивидуальных особенностей детей, скорости их восприятия и доверительного контакта с ними. Занятия с глиной в перспективе развивают у детей самоидентичность и за счет этого помогают им осваивать образовательную программу.

**1****шаг**

## Научите детей контроль над материалом

Перед началом занятия разложите на столе инструменты: ватные палочки, стеки, кухонные инструменты – деревянный молоток, терку, ложки. Они вызовут у детей любопытство и интерес к занятию. Спросите у детей, какое у них настроение, что они сейчас чувствуют. Используйте пиктограммы эмоций. Попросите детей обратить внимание на инструменты на столе, назвать их. Предложите потрогать и рассмотреть инструменты.

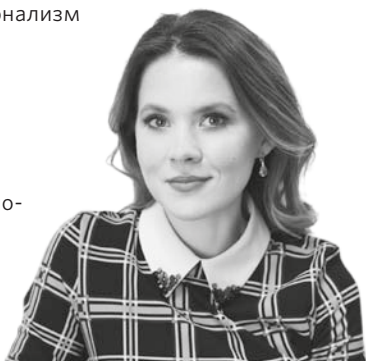
Попросите детей взять по куску глины и создать шар. Уточните, что не следует брать слишком крупные или мелкие куски. Покажите, как подобрать размер, чтобы глина помещалась в ладони и не доставляла дискомфорта при лепке. Попросите воспитанников сосредоточиться на своих ощущениях, спросите их, что они чувствуют. Когда детям сложно вербализировать свои чувства, задавайте наводящие вопросы: «Что вы ощущаете?», «Есть ли разница в ощущениях, когда вы мнете глину

ПОБЕДИТЕЛЬ НОМИНАЦИИ КОНКУРСА «ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РОССИИ - 2019»



Номинация «Профессионализм и творчество в работе с детьми дошкольного возраста»

**Анна Малявкина**, педагог-психолог, МБДОУ «Детский сад № 222 г. Челябинска». В 2019 году победила на Всероссийском этапе конкурса «Педагог-психолог России – 2019» в номинации «Профессионализм и творчество в работе с детьми дошкольного возраста». На конкурсе представила мастер-класс по занятию с глиной для развития у детей эмоционального интеллекта, который получил высокие оценки коллег. Соавтор цикла занятий «Маски – разнообразие эмоций» для развития эмоционально-волевой сферы детей и проекта «От эмоции к слову» для детей с тяжелыми нарушениями речи. Автор цикла занятий по раннему развитию.



и когда проводите ей по ладони? Нравятся ли вам эти ощущения?» Детям не всегда нравятся ощущения – когда это так, не настаивайте на обратном, выслушайте ребенка и отследите реакцию.

Продолжайте исследовать глину вместе с детьми. Предложите провести глиной по внутренней, по внешней части ладони, понюхать ее, отщипнуть кусочек и размять его в пальцах. Попросите воспитанников скатать змейку – это поможет снять напряжение. Спросите: «Какие трудности вызывает этот процесс?», «Что вы чувствуете?», «Что напоминают эти ощущения?» Используйте инструменты, чтобы лучше показать свойства глины и научить детей манипулировать материалом и контролировать его. Покажите, как с помощью кисточки и палочки протыкать глину. «Уничтожьте целостность» – продавите глину через чеснокодавилку. Предложите постучать по глине молоточком – так вы покажете способ дать выход агрессии в социально-приемлемой форме. Каждый раз возвращайте глину в шар, чтобы направить детей на созидательность процесса.

## 2 шаг

### **Слепите фигуру из глины и дайте возможность ее разрушить**

Когда дети познакомятся с глиной и ее свойствами, предложите им создать фигуру из глины с закрытыми глазами. Дети часто отказываются закрывать глаза на первых занятиях с глиной – в этом случае не настаивайте, наблюдайте за ними. Когда дети поймут, что они хотят слепить, и постараются воплотить этот образ в глине, следите за временем – нежелательно работать с закрытыми глазами больше 5 минут. Наблюдайте за особенностями концентрации и распределения внимания у воспитанников, отслеживайте контроль и тревогу – случаи, когда дети не могут закрыть глаза, боятся показать результат работы и рассказать о нем. Во время этого упражнения осознанные или неосознанные детьми образы экстернализуются, воплощаются в формы.

Скажите детям, что они могут разрушить свою фигуру. На этом этапе работы важно не навязать воспитанникам свое желание, а дать детям свободу выбора – разрушить или сохранить фигуру, которую они слепили. Если у ребенка получился положительный образ, поговорите о нем. Спросите: «Что самое важное в этом герое?», «Какие у него положительные черты?», «А какие отрицательные?» Важно давать детям время подумать, попытаться спроецировать свои внутренние переживания на героя и проговорить их.

Используйте инструменты для беседы об образах, которые получились у детей. Например, подсветите фонариком положительные черты фигуры. Когда вы выбираете инструменты, чтобы обсудить с детьми их работы, формулируйте для себя, что вы сами вкладываете в этот процесс и как вы доносите его смысл до воспитанников. Контейнируйте эмоции, которые предъявляют дети, не «бросайте» их.

**3**

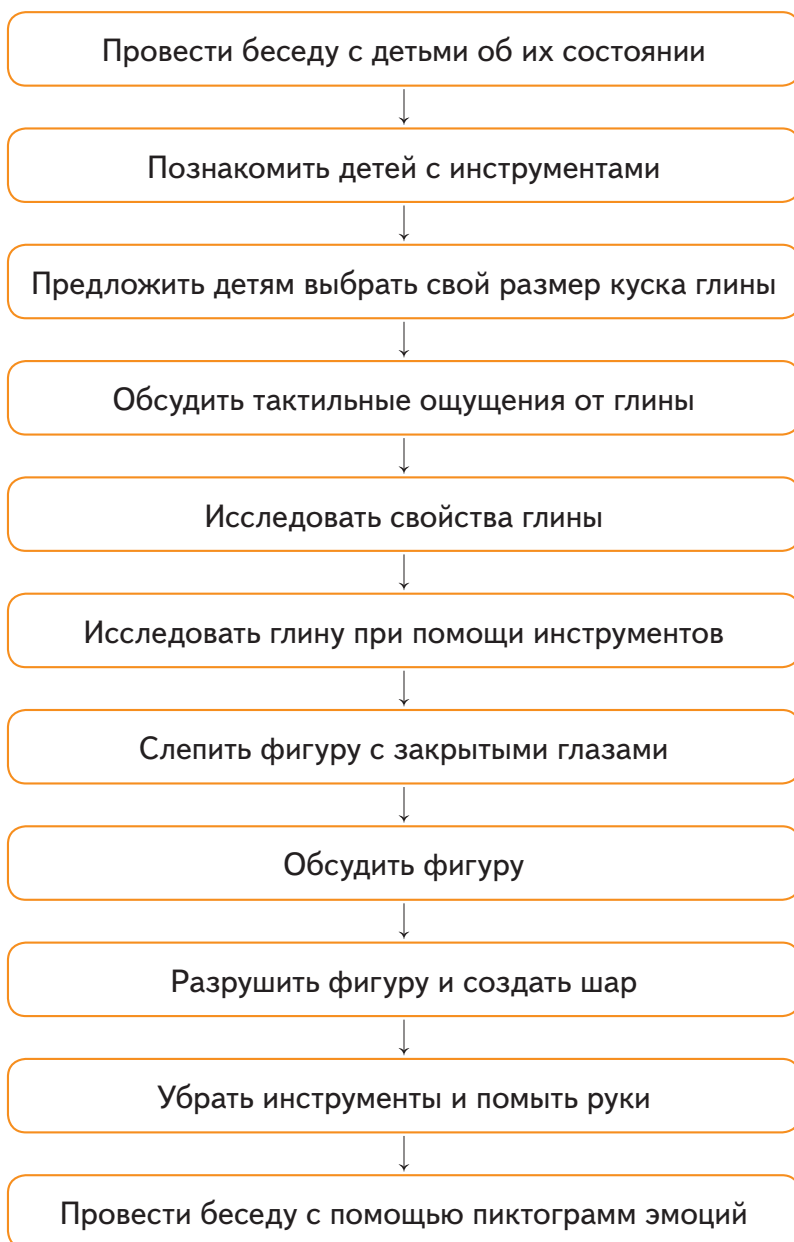
**шаг**

### **Верните глину в шар и проведите рефлексю**

Попросите детей снова превратить фигуру в шар. Процесс, когда дети каждый раз возвращают фигуры в шар, способствует тому, что они начинают понимать и контролировать процесс лепки. Биологически активные точки на ладонях контактируют с глиной, и так процесс лепки становится самомассажем. Это помогает детям восстановить внутреннее равновесие и обрести собственный темп, спокойствие. Разберите вместе с детьми инструменты и помойте руки – этот ритуал будет способствовать заземлению, поможет ощутить реальность происходящего.

Закончите работу с глиной рефлексией. Проведите беседу с детьми с помощью пиктограмм эмоций, чтобы отследить динамику работы. Спросите каждого ребенка: «Что ты чувствуешь сейчас?», «Какое у тебя настроение?», «Чем ты можешь с нами поделиться?», «Что удалось сделать легко, а с чем возникли трудности?»

## Вариант схемы занятия с детьми по глинотерапии



# Специальные условия подписки на журналы в интернет-магазине



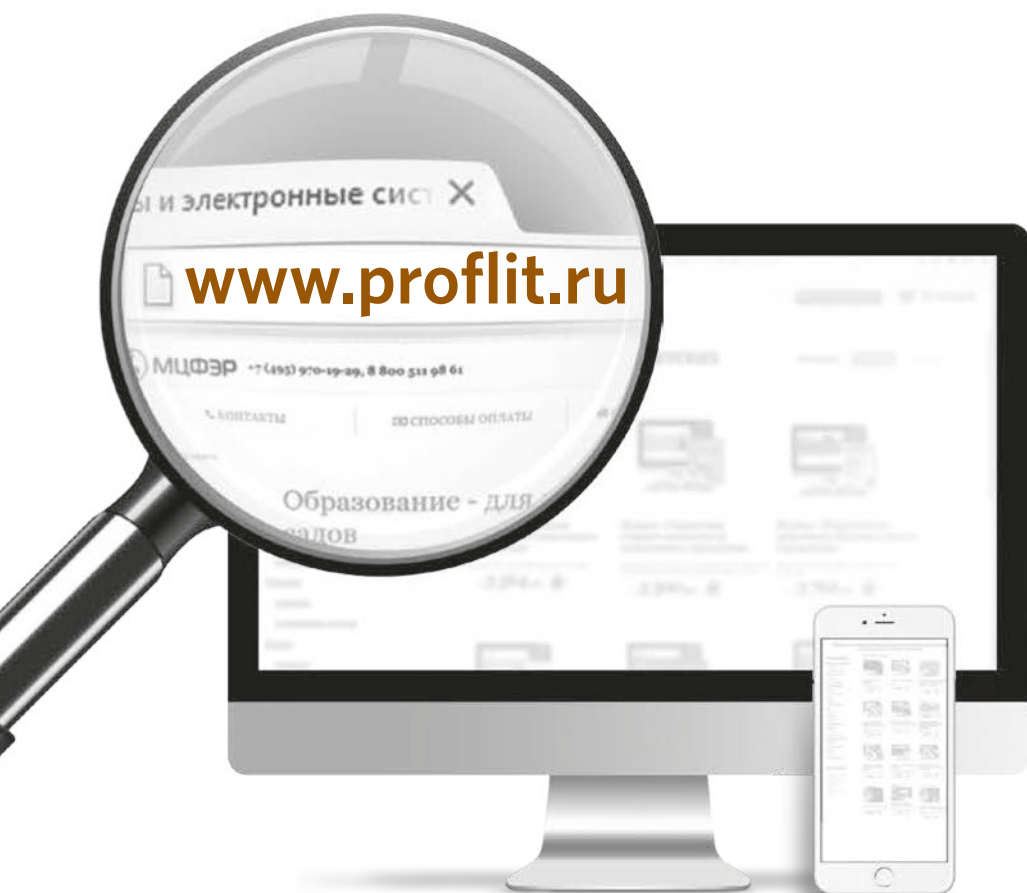
Подписка  
в 2 клика



Программа  
лояльности  
«Аktion-бонус»



Оплата  
банковской  
картой



Реклама

Оформите подписку сейчас!

**8 (800) 511-98-65**

# Как провести коуч-сессию для родителей детей с нормой и особенностями развития

В феврале воспользуйтесь готовыми карточками с упражнениями для детей с ОВЗ и нормой развития, чтобы организовать коуч-сессию с родителями, специалистами и педагогами. Упражнения помогут вам, а также учителю-логопеду, музыкальному руководителю, инструктору по физической культуре и медицинской сестре решить развивающие и коррекционные задачи. В статье – рекомендации, как подготовиться к коуч-сессии и провести ее.

---

Организируйте коуч-сессию для родителей и детей с ОВЗ и нормой развития старшего дошкольного возраста. На мероприятие пригласите специалистов и педагогов детского сада: учителя-логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и медицинскую сестру. Подготовьтесь к коуч-сессии: организуйте пространство в физкультурном зале, согласуйте время мероприятия и выберите воспитанников старшей и подготовительной групп с ОВЗ и нормой развития. На коуч-сессии расскажите родителям о ее правилах и направьте их к специалистам с помощью сигнала. В конце мероприятия проведите коллективную игру с родителями, детьми и педагогами, а также рефлексию.



**Ольга Ильясова,**  
педагог-психолог  
1-й кв. кат. детского сада № 4 «Луко-морье» – филиала АН ДОО «Алмазик», г. Мирный, Республика Саха, Якутия

## Подготовьтесь к коуч-сессии

Опросите родителей детей, в какое время им будет удобно прийти в детский сад на коуч-сессию. Согласуйте время со специалистами и педагогами детского сада. Сформируйте мини-группы из пяти детей с разными видами ОВЗ и нормой развития в зависимости от вре-



мени, которое указали их родители. Раздайте педагогам готовые упражнения для детей с ТНР, ЗПР и ТНР, агрессивными проявлениями, нормой развития → 41. Предложите педагогам использовать эти упражнения или подобрать свои. Распечатайте карточки с упражнениями, чтобы раздать их родителям во время мероприятия.

Проинструктируйте специалистов и педагогов, как общаться с родителями, когда те будут подходить к ним: поздороваться, представиться, кратко описать упражнение. Например, текст медицинской сестры: «Добрый день. Меня зовут Анна Ивановна. Предлагаю вам упражнения, которые будут способствовать развитию дыхания, активизируют мышцы губ и снимут напряжение».

В физкультурном зале расставьте пять столов для педагогов и специалистов, вокруг каждого разместите по три стула. Обозначьте столы: «терапевтическая дорожка», «артикуляционная», «дыхательная», «музыкальная», «физкультурная». Можно проложить к ним настоящие «дорожки» от одного стола к другому – например, широкие цветные ленты. Подготовьте оборудование и материалы, которые понадобятся, когда дети будут выполнять упражнения.

В центре зала разместите разноцветный парашют для коллективной игры. Аналог парашюта можно изготовить самостоятельно – сшить вместе одинаковые разноцветные треугольники так, чтобы получился многоугольник. Подготовьте для родителей разноцветные пояса в зависимости от варианта развития их ребенка с кармашками для карточек. Это поможет педагогам точно знать, какой у ребенка диагноз и какие упражнения ему предложить.

## **Расскажите родителям о правилах коуч-сессии и начните ее**

Пригласите родителей и детей в физкультурный зал, где вы будете проводить коуч-сессию. поприветствуйте их и расскажите о формате работы: каждые пять минут



### **Совет**

Привлеките воспитателя, чтобы он координировал родителей во время коуч-сессии в моменты, когда вы будете показывать упражнения детям

Читайте  
в II полугодии  
2020 года



№ 8

«У меня  
39 детей с ОВЗ...»,  
или как  
выполнить  
все рекомендации  
ПМПК

Быстрая  
подписка


8 (800) 511-98-65

по сигналу родители будут подходить по дорожкам к одному из специалистов и педагогов детского сада и получать информацию, которая адресована именно им и их ребенку. Когда прозвучит следующий сигнал, они получают карточку с упражнениями для ребенка, которые смогут выполнять в домашних условиях и перейдут к следующему специалисту или педагогу. Попросите родителей соблюдать последовательность и очередность. Уточните, что в одно и то же время у педагога может быть только один родитель. Сообщите им, когда они пройдут все пять дорожек, нужно подойти в центр зала для коллективной игры.

### Проведите коллективную игру и рефлексию

В конце коуч-сессии соберите специалистов, педагогов, родителей и детей в центре зала, где лежит цветной парашют. Попросите их встать вокруг парашюта и включите песню «На большом воздушном шаре». Вместе со всеми участниками коуч-сессии исполните танец: 3 раза поднимите и опустите парашют, после чего танцевальными движениями пройдите вокруг него сначала влево, потом вправо. Далее поднимите парашют и по очереди пробегите под ним. Повернитесь к нему спиной и спрячьтесь под него. Повернитесь к парашюту лицом, возьмитесь за парашют, опустите его на пол и делайте волнообразные движения. Выберите пару – родителя и ребенка – которые встанут в центр парашюта, а остальные в это время закроют их полотном как цветок. Снова поднимите и опустите парашют 3 раза.

В завершение коуч-сессии похвалите родителей и детей за активность. Предложите родителям присесть и обсудить впечатления от мероприятия. Задайте вопросы: «Что вас удивило?», «Что вы узнали нового?», «Какие упражнения вы могли бы применить в домашних условиях?», «Что бы вы предложили улучшить?». Сделайте общее фото на память и поблагодарите всех участников коуч-сессии.



# Терапевтическая дорожка: карточки педагога-психолога

## Для ребенка с ТНР: упражнение «Волшебные эбру»

**Цели:** развивать речь и мелкую моторику, снять эмоциональное напряжение.

**Материалы:** пластиковая емкость, клей ПВА, разбавленная гуашь, пипетки, лист бумаги размером с емкость, деревянные шпажки.

Взрослый наливает в емкость клей ПВА, пипеткой капают в центр краску и растягивает ее деревянной палочкой по клеевой поверхности, рисует узор. При этом взрослый объясняет ребенку, что он делает и какой рисунок получается. Затем взрослый рисует вместе с ребенком, затем ребенок рисует самостоятельно. Когда рисунок готов, взрослый переносит его на бумагу — осторожно кладет лист на клеевую поверхность, дает немного пропитаться и медленно поднимает его за один край.

## Для ребенка с ЗПР и ТНР: упражнение «Найди рыбку»

**Цели:** развивать познавательные процессы, мелкую моторику рук, снять эмоциональное напряжение.

**Материал:** файл, цветная картинка с рыбками и морскими животными, наполнитель из памперса, световой стол.

Взрослый предварительно готовит игру — поливает памперс водой, чтобы образовалась желеобразная масса, кладет вниз файла картинку с рыбками и морскими животными, аккуратно утрамбовывает поверх нее массу и закрепляет край скотчем. На занятии взрослый кладет файл с наполнителем на световой стол и показывает ребенку, как мять наполнитель и искать рыбок и животных на картинке. Ребенок ищет сначала одно изображение, затем два одинаковых. Взрослый проводит упражнение совместно с ребенком, затем ребенок ищет рыбок самостоятельно.

Предложите родителям упражнения,  
чтобы снять эмоциональное  
напряжение у детей и развивать  
познавательные процессы



## Для ребенка с агрессивными проявлениями: упражнение «Рисование песком»

**Цели:** снять эмоциональное напряжение, формировать саморегуляцию, развивать тонкую координацию движений и мелкую моторику рук.

**Материал:** стол для песочной терапии, песок, раскраска — мандала или лабиринт, воронка — конус из бумаги.

Взрослый показывает ребенку, как рисовать песком — кладет в стол для песочной терапии раскраску, набирает в конус из бумаги песок и проводит им по линиям раскраски. Затем взрослый рисует вместе с ребенком, затем ребенок рисует самостоятельно.


## Для ребенка с нормой развития: упражнения «Рисунок в стиле диско» и «Рисуем обеими руками»

**Цели:** показать приемы рисования прямых и дугообразных линий, цветовых комбинаций на примере лучей от диска, развивать мелкую моторику рук, межполушарное взаимодействие.

**Материалы:** стол для песочной терапии, CD диск, фонарик; песок, образец рисунка.

Взрослый направляет фонарик на диск, и на нем появляется радуга, которая отсвечивает на лист бумаги. Взрослый фиксирует изображение радуги на бумаге. Ребенок подбирает краски таких же цветов и рисует на бумаге красками. Далее взрослый показывает на доске, как сделать рисунок песком обеими руками. Затем взрослый рисует вместе с ребенком, далее ребенок рисует самостоятельно.

*Скачайте карточки для специалистов  
и педагогов детского сада  
на [e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)*



# Артикуляционная дорожка: карточки учителя-логопеда

## Для ребенка с ТНР: упражнение «Слоник»

**Цели:** активизировать вокализацию, развивать артикуляционный аппарат.

**Материалы:** зеркало, игрушка Слон.

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга, смотрят прямо перед собой в зеркало. Взрослый показывает упражнение: вытягивает сомкнутые губы вперед трубочкой и удерживает их в таком положении. Ребенок повторяет за ним. Далее ребенок самостоятельно выполняет упражнение под счет взрослого «раз — два — три — четыре — пять». Затем ребенок выполняет упражнение под текст стихотворения, в конце которого произносит «у-у-у».

Взрослый зачитывает:

«Губы я тяну, тяну,

Подражаю я слону.

Их, как хобот, выставляю,

А потом я отдохну».

Повторите упражнение 5–10 раз.

## Для ребенка с нормой развития: упражнение «Лягушка и слоненок»

**Цель:** развивать артикуляционный аппарат, мышцы губ.

**Материалы:** зеркало, игрушки Слон и Лягушка.

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга, смотрят прямо перед собой в зеркало. Взрослый показывает упражнение: улыбается, показывает сомкнутые зубы, затем смыкает губы и вытягивает их вперед трубочкой — чередует движения губ, при этом не размыкает зубы. Ребенок повторяет за ним. Далее ребенок самостоятельно выполняет упражнение под счет взрослого «раз — два — три — четыре — пять». Затем ребенок выполняет упражнение под текст стихотворения, которое читает взрослый:

«Лягушкам очень нравится,

Как губки к ушкам тянутся.

Теперь я их вперед тяну,

Так подражаю я слону».

Повторите упражнение 5–10 раз.



## Для ребенка с агрессивными проявлениями: упражнение «Птенчик»

**Цели:** развивать артикуляционный аппарат, снять напряжение.

**Материал:** зеркало.

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга, смотрят прямо перед собой в зеркала. Взрослый показывает упражнение: улыбается, широко открывает рот и удерживает его в таком положении. Ребенок повторяет за ним. Далее ребенок самостоятельно выполняет упражнение под счет взрослого «раз — два — три — четыре — пять». Затем ребенок выполняет упражнение под текст стихотворения, которое читает взрослый:

«Широко откроем рот —

Это птенчик маму ждет.

Очень вкусную еду

Я, конечно, подожду».

Повторите упражнение 5–10 раз.

## Для ребенка с ЗПР и ТНР: упражнение «Лягушка»

**Цель:** развивать артикуляционный аппарат.

**Материал:** зеркало, вязаная игрушка Лягушка.

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга, смотрят прямо перед собой в зеркала. Взрослый показывает упражнение: улыбается, показывает сомкнутые зубы, удерживает губы и зубы в таком положении. Ребенок повторяет за ним. Далее ребенок самостоятельно выполняет упражнение под счет взрослого «раз — два — три — четыре — пять». Затем ребенок выполняет упражнение под текст стихотворения, которое читает взрослый:

«Лягушкам очень нравится,

Как губки к ушкам тянутся.


Так тянули, что устали.

Утомились, перестали.

Отдохнули и — опять,

А потом пошли гулять».

Повторите упражнение 5–10 раз.



# Дыхательная дорожка: карточки медицинской сестры

## Для ребенка с ТНР: упражнение «Подыши, не спеши»

**Цель:** развивать плавный длительный выдох, активизировать мышцы губ.

**Материалы:** игрушка «чашка с имитацией пара», трубочка с шариком.

Предварительно взрослый изготавливает игрушку — вырезает изображение чашки из бумаги и приклеивает сверху бахрому из нарезанного полиэтилена — «пар». Взрослый дает ребенку «чашку» и просит подуть на «пар». Потом дает трубочку с шариком и просит подуть под счет — 5, 7, 10. Далее взрослый показывает ребенку упражнение: сидит на стуле с прямой спиной, делает вдох со звуком «с» — поднимает руки, надувает живот, затем выдыхает со звуком «ж» — опускает руки, живот плоский. Взрослый проводит упражнение совместно с ребенком, потом ребенок выполняет его самостоятельно. Повторите упражнение три раза.

## Для ребенка с ЗПР и ТНР: упражнение «Воздушная перчатка»

**Цель:** развивать силу и длительность выдоха, активизировать мышцы губ.

**Материалы:** яркая резиновая перчатка, стакан с отверстием для трубочки, трубочка.

Предварительно взрослый изготавливает игрушку — рисует на резиновой перчатке рожицу, натягивает ее на стакан шире стандартного диаметра, с другой стороны стакана вставляет трубочку, через которую можно надуть перчатку. На занятии взрослый показывает, как надувать перчатку. Далее взрослый показывает следующее упражнение: сидит на стуле с прямой спиной, делает вдох — надувает живот, выдох — живот плоский. Сначала взрослый проводит оба упражнения совместно с ребенком, потом ребенок выполняет их самостоятельно. Повторите упражнения три раза.

Предложите родителям упражнения,  
чтобы развивать силу выдоха у детей  
и активизировать мышцы губ



## Для ребенка с агрессивными проявлениями: упражнение «Футбол»

**Цель:** развивать силу и длительность выдоха, активизировать мышцы губ, снять напряжение.

**Материалы:** футбольное поле, трубочки и шарики разной массы.

Взрослый показывает упражнение: сидит на стуле с прямой спиной, делает вдох — сжимает кулаки, выдыхает со звуком «ха» — разжимает кулаки. Следующее упражнение: взрослый показывает, как дуть на шарик, чтобы он попал в ворота. Сначала взрослый проводит оба упражнения совместно с ребенком, потом ребенок выполняет их самостоятельно. Повторите упражнения три раза.

## Для ребенка с нормой развития: упражнение «Живой шар»


**Цель:** развивать силу и длительность выдоха, активизировать мышцы губ.

**Материалы:** прямая и извилистая дорожка, 2 легких и 1 металлический шарик игрового комплекта «Пертра»

Взрослый показывает упражнение: сидит на стуле, спина прямая, делает вдох — поднимает левую руку, надувает живот, выдыхает со звуком «ш» — опускает руку, живот плоский. Следующее упражнение: взрослый показывает, как дуть на шарик, чтобы он катился по дорожке. Сначала взрослый проводит оба упражнения совместно с ребенком, потом ребенок выполняет их самостоятельно. Повторите упражнения три раза.

*Скачайте карточки для специалистов  
и педагогов детского сада  
на [e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)*





# Музыкальная дорожка: карточки музыкального руководителя

## Для ребенка с ТНР: упражнение «Распевка»

**Цель:** развивать звукопроизношение через пропевание гласных звуков.

**Материалы:** цветная картинка с изображением петуха.

Взрослый показывает ребенку картинку и объясняет, что голова у петуха звучит как звук «А» — и пропевает его, туловище — «О», лапки — «И», хвост — «У». Пропевает каждый звук. Взрослый проводит упражнение совместно с ребенком, потом ребенок выполняет их самостоятельно. Повторите упражнение три раза.

## Для ребенка с ЗПР и ТНР: упражнение «Цветной звук»

**Цель:** развивать восприятие музыки через цвет.

**Материалы:** металлофон из бутылочек или стаканов разных цветов, изображения синего, желтого, зеленого цветов.

Взрослый показывает картинку с изображением одного из цветов и находит на металлофоне звук этого цвета. Взрослый проводит упражнение совместно с ребенком, потом ребенок выполняет их самостоятельно. Повторите упражнение три раза.

## Для ребенка с нормой развития: упражнение «Звуковая телеграмма»

**Цель:** развивать чувство ритма.

**Материал:** любой музыкальный инструмент, например, ложки.

Взрослый отстукивает на столе ритм: «I—II—I». Затем он последовательно просит ребенка простучать этот ритм, прохлопать, протопать, проиграть на музыкальном инструменте. Повторите упражнение три раза.

## Для ребенка с агрессивными проявлениями: упражнение «Шум моря»

**Цель:** развивать восприятие звуков, ритмические движения.

**Материал:** бубен, вариант — ракушка.

Взрослый с помощью бубна имитирует шум моря и просит ребенка послушать его. Затем взрослый просит имитировать звук волн — пропевать звук «ш» сильно, слабо, тихо, громко. Взрослый проводит упражнение совместно с ребенком, потом ребенок выполняет самостоятельно. Повторите упражнение три раза.

# Физкультурная дорожка: карточки инструктора по физической культуре



## Для ребенка с ТНР: упражнение «Море» и пальчиковая игра «Пальцы»


**Цели:** развивать речь, координацию движений обеих рук, ног, внимания и слухового восприятия, мелкую моторику.

Взрослый зачитывает текст «На море плещутся волны — маленькие и большие...» и показывает, как выполнять упражнение. Ребенок повторяет. Последовательность действий: изобразить маленькую волну, затем большую волну горизонтально полу, изобразить дельфинов — согнуть руки в локтях и изобразить волнообразные движения вперед. Далее изобразить нырки каждой рукой поочередно. После этого показать дельфинят и «нырки» дельфинят — прижать руки к телу и повторить предыдущее упражнение одними кистями и пальцами. Изобразить змеек — слегка согнуть руки в локтях на уровне талии, прижать к телу, несильно сжать кисти в кулак. Большие пальцы согнуть, отогнуть и совершать ими волнообразные движения, так же работать указательными и средними пальцами обеих рук. Далее зажать большими пальцами каждой руки согнутые указательный и средний пальцы и совершать волнообразные движения свободными мизинцами, а затем и безымянными пальцами. Показать медуз — согнуть руки в локтях на уровне груди, сильно сжать в кулак кисти, резко разжимать их и выпрямлять пальцы. Изобразить осьминогов — согнуть руки в локтях на уровне груди, опустить кисти рук вниз и шевелить пальцами. Далее показать, как все морские существа танцуют вместе — согнуть руки в локтях и вращать их кистями вверх. После этого взрослый зачитывает текст «Палец толстый и большой в сад за сливами пошел...» и ребенок выполняет пальчиковую гимнастику.

## Для ребенка с агрессивными проявлениями: упражнения «Бараны на мосту» и «Рубка дров»

**Цели:** снизить возбудимость, развивать тактильные ощущения и саморегуляцию; развивать уверенность в себе.

Взрослый и ребенок стоят друг перед другом — прижались лбами друг другу, расставили ноги, держат друг друга за руки. Взрослый зачитывает текст стихотворения С. Михалкова «Бараны на мосту». Ребенок и взрослый делают сопротивляющиеся движения. После этого взрослый показывает ребенку упражнение «Рубка дров» — ноги на ширине плеч, руки в замке. Взрослый замахивается рукой — не к ближнему плечу, а свободно за голову, с оттяжкой выполняет удар и фиксирует руку внизу с голосовым выдохом «Ха!»



## Для ребенка с ЗПР и ТНР: игровой массаж «Белка» и дыхательное упражнение «Бабочка»

**Цели:** развивать тактильные ощущения и умение взаимодействовать, снизить возбудимость.

**Оборудование:** гимнастический коврик, стол, изображение цветка, бабочка из цветной бумаги.

Ребенок лежит на спине, взрослый находится у ног ребенка. Взрослый берет ребенка за пятку правой ноги снизу и выполняет массаж пальцев и стопы — поглаживает, разминает кончики пальцев, поочередно сгибает и разгибает их, поглаживает и похлопывает по тыльной и боковой стороне стопы. Во время массажа взрослый читает текст «Сидит белка на тележке...». Затем взрослый делает массаж левой стопы. После этого взрослый предлагает ребенку сесть за стол и кладет перед ним изображение цветка и сверху — бабочку из цветной бумаги. Ребенок делает вдох через нос, плавно выдыхает через рот, старается сдуть бабочку с цветка. Повторите 3 раза.

## Для ребенка с нормой развития: упражнение на гимнастическом мяче и глазодвигательные упражнения

**Цели:** развивать общую моторику и глазодвигательные мышцы, межполушарное взаимодействие.

**Оборудование:** гимнастический мяч, гимнастический коврик, яркая мягкая игрушка

Ребенок ложится на мяч на живот, опускает руки и ноги по обеим сторонам, располагает голову на уровне тела или чуть ниже. Взрослый придерживает ребенка за левую руку выше запястья и за щиколотку левой ноги, перемещает мяч вместе с ребенком вправо до тех пор, пока ребенок не коснется пола правой рукой и правой ногой. Затем взрослый возвращает мяч в исходное положение и повторяет упражнение с правой рукой и ногой. Повторите упражнение по 5 раз на обе стороны. Далее ребенок ложится на гимнастический коврик — голова неподвижна, рот закрыт, руки вдоль туловища. Ладони прижаты к полу, пальцы рук прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги выпрямлены, не перекрещены и не шевелятся. Взрослый маленькой яркой игрушкой «рисует» горизонтальную восьмерку над глазами ребенка, начиная с «центра» — точки над переносицей. Глаза ребенка следят за игрушкой, при этом голова не двигается. Далее взрослый рисует над глазами ребенка вертикальную восьмерку, начиная с «центра» — точки над переносицей. Глаза ребенка следят за игрушкой, при этом голова не двигается. Выполните упражнение 2 раза. После этого можно провести упражнение «Качалочка» и игровой массаж.

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

Доступен  
с любого  
электронного  
устройства



нормативно-правовая  
база с ежедневным  
обновлением



архив  
номеров  
с 2015 года



удобная  
система поиска  
по журналу



возможность  
скачивания  
статей

Активируйте ознакомительный  
доступ к журналу на 3 дня

Быстрая подписка 8 (800) 511-98-65

[e.psihologsad.ru](http://e.psihologsad.ru)

# ПСИХОПРОФИЛАКТИКА



## **Профилактика буллинга в детском саду: готовый сценарий занятия с детьми → 52**

Анна Кремлякова, педагог-психолог МАДОУ № 30, г. Белебей,  
Республика Башкортостан

**«Бутылочка спокойствия»: как сделать релаксационную  
игрушку своими руками → 62**

# Профилактика буллинга в детском саду: готовый сценарий занятия с детьми

После случая буллинга в ярославском детском саду осенью 2019 года тема агрессии среди дошкольников привлекла внимание экспертов и госорганов. Чтобы выполнить их рекомендации, проведите у себя в детском саду занятие по профилактике буллинга. Для этого воспользуйтесь готовым сценарием занятия, которое проходило апробацию в детском саду в течение двух лет.

---

В феврале организуйте занятие по профилактике буллинга в старших группах. Проведите предварительную работу – подготовьте материалы и прочитайте вместе с детьми сказки на тему дружбы. Возьмите за основу занятия историю, с героями которой воспитанники смогут себя ассоциировать, и терапевтическую метафору. Воспользуйтесь готовым сценарием → 54. Занятие будет особенно полезно для групп, в которых есть предпосылки к травле одного из детей. Также оно поможет воспитанникам с заниженной самооценкой, тревожным и неуверенным в себе детям.



**Анна Кремлякова,**  
педагог-психолог МАДОУ  
№ 30, г. Белл-  
бей, Республика  
Башкортостан

## Как подготовиться к профилактическому занятию

Подготовьте материалы для занятия. Найдите клубок ярких ниток, который выступит «рассказчиком» по сценарию. Запишите плохие и хорошие качества личности на стикерах, причем формулируйте плохие качества так, как это сделал бы ребенок: «дурак», «злой», «драчун». Подготовьте свечу, аудиозапись с релаксационной музыкой, чистую корзину для бумаг, безопасный

нож, изобразительные материалы – краски, карандаши, фломастеры. Принесите два одинаковых больших яблока. Несколько раз постучите одним из яблок о твердую поверхность так, чтобы оболочка не повредилась, а мякоть потемнела.

Перед занятием попросите воспитателя прочитать с детьми и обсудить тематические сказки на выбор: «Цветик-семицветик» В. Катаева, «Осенняя сказка» А. Караличева, «Сказка про слона, про костер и про белую уточку» Д. Биссет, «Птичка» А. Нееловой, «Подружки», «Три товарища» В. Осеевой. Если в группе есть ребенок, который подвергается травле, предложите его родителям дополнительно почитать ему терапевтические сказки: «Сказка про Энни» Д. Бретт, «Сказка про ежика Витю» и «Сказка про енота» О. Хухлаевой. Родителям ребенка-агрессора предложите сказки о дружбе и уважении: «Сказка про доброго Петю» И. Маниченко, «Сказка про сороку Дусю» Л. Цвирко, «Ежик», «Сказка про Ежика, который хотел, чтобы на него обращали внимание» А. Смирновой, «Ружье и сердце» Е. Клюева.



### Справка

Ситуация целенаправленной травли в детском саду возможна только в старших группах. До этого возраста конфликты у детей связаны с тем, что они еще не умеют осознавать последствия своего поведения

## Как провести занятие по профилактике буллинга

Организуйте занятие в кабинете психолога, поставьте в нем в круг стульчики по количеству детей. Рекомендуемое количество участников – 7–8 воспитанников старшего дошкольного возраста. В ходе занятия сочетайте приемы, которые помогут детям осознать негативные последствия буллинга и ценность доброжелательных отношений: анализ ситуаций, сказкотерапию, арт-терапию, групповое обсуждение, рефлекссию, релаксационное упражнение. В качестве основы занятия используйте терапевтическую сказку, в которой дети поставят себя на место жертвы и осознают ее переживания. Дополните сказку терапевтической метафорой. Метафора визуально подкрепит сюжет сказки и поможет детям осознать последствия травли для жертвы.

## Сценарий профилактического занятия «Сказка о Сереже»

**Участники:** дети 6–7 лет. Оптимальное количество участников: 7–8 человек.

**Цели:** провести профилактику буллинга у детей; формировать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества, взаимодействия; установить доброжелательный контакт между сверстниками; снизить эмоциональное напряжение.

**Материалы.** Клубок цветных ниток, свеча, аудиозапись с релаксационной музыкой, аудиоаппаратура, бумага, стикеры с плохими и хорошими качествами, мусорное ведро, безопасный нож, краски, карандаши, фломастеры, два одинаковых яблока, одно из которых предварительно несколько раз били о твердую поверхность.

### Приветствие, обсуждение правил

**Цели:** создать положительный эмоциональный фон, способствовать снятию тревоги и напряжения, создать атмосферу доверия, сплотить детей.

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Меня зовут (имя), я работаю психологом. Вы знаете, кто такой психолог? (Дети отвечают.) А вы знаете, что я люблю играть с ребятами и рассказывать интересные истории? (Дети отвечают.) Ребята, на наших встречах мы будем с вами играть, слушать сказки и рисовать. Хотите? (Дети отвечают.) В каждой игре есть правила, которые нужно соблюдать. Как вы думаете, какие у нас правила? (Дети отвечают, педагог-психолог обобщает их ответы.) Молодцы! Наши правила: нельзя ссориться, перебивать и мешать друг другу, можно обращаться друг к другу только по имени.

### Упражнение «Невидимая нить»

**Цели:** создать положительный эмоциональный фон, сплотить детей.

Педагог-психолог: Ребята, посмотрите, что это тут лежит? (Педагог-психолог обращает внимание детей на клубок ниток на полу.)



Как вы думаете, как он сюда попал? Кажется, клубок живой, он хочет нам что-то сказать. Я знаю, что все клубки – очень большие говоруны, но понять их может только тот человек, который связал сто пар носков. Вы связали сто пар носков? (Дети отвечают.) А я связала! Поэтому я буду переводить все, что расскажет клубок! (Педагог-психолог делает вид, что прислушивается.) Клубок хочет познакомиться с вами поближе. Хотите поиграть с ним? (Дети отвечают.) Давайте встанем в круг. Сейчас мы будем передавать этот клубок друг другу. Тот, кто держит клубок, должен назвать свое имя и рассказать о том, какое у него настроение. Те из вас, кто уже держал клубок, не отпускают его ниточку.

Когда клубок возвращается к педагогу-психологу, он просит детей натянуть нить, закрыть глаза и представить, что они единое целое, что каждый из них важен и значим в этом целом. Затем педагог-психолог постепенно сматывает клубок, и когда он берет нитку у каждого ребенка, то повторяет его имя и называет качество ребенка на первую букву имени.

### Упражнение «Поглаживание»

**Цели:** создать доверительную атмосферу, снять психомышечные зажимы, проработать страхи.

Педагог-психолог сматывает клубочек, держит его в руках и продолжает говорить.

**Педагог-психолог:** Ребята, как-то я сидела у себя в кабинете, и вдруг кто-то легонько погладил меня по спине. Вот так... (Педагог-психолог подходит к каждому ребенку и нежно гладит его по спине). Я обернулась, но никого не увидела. Я даже немного испугалась. Вдруг кто-

то снова погладил меня, только уже по руке. Вот так... (Психолог подходит к каждому ребенку и нежно гладит по руке.) А это, оказывается, клубочек меня гладил. Он любит общаться со мной. Ребята, наш клубочек часто рассказывает мне сказки. Он столько повидал на этом свете, столько историй знает, столько сказок слышал. С ним очень интересно! Вот и сейчас он хочет рассказать вам сказку. Давайте сядем на стульчики и вместе послушаем ее.

### Работа с авторской сказкой «Сереза в детском саду»

Педагог-психолог: В одном городе жил-был мальчик Сереза. Ему было шесть лет. Сереза был уже большой, и каждый день ходил в детский сад. Садик был хороший: там была добрая воспитательница, много ярких игрушек, интересных книжек, веселые девочки... Но... В группу вместе с Серезей ходил мальчик Артур. Артур был умный, сильный, он ходил в спортивную секцию. С Артуром дружили многие мальчишки, ведь родители покупали ему самые дорогие и модные игрушки, и Артур приносил их в детский сад. А с Серезей никто не хотел дружить, ведь он был полный, неуклюжий и к тому же носил очки. В детском саду Серезе было очень плохо.

Артур и его друзья часто обижали Серезу. Они смеялись над тем, что Сереза плохо бегаёт, неловко ловит мяч, что у него нет крутых игрушек, что он носит очки. «Эй, очкарик, мы не будем с тобой играть, ты жирный!» – говорил Артур. «Пузо-пузо – три арбуза, полтора мешка кишок, пузо село на горшок, затрещал горшок от груза», – смеялись мальчишки. «Ты вообще ничего

не можешь, жир-база», – дразнился Артур. «Иди отсюда, а то догоним и врежем», – поддакивали его приятели. (Обращается к детям.) Как вы думаете, Сереже было приятно слышать эти слова? Почему Артур с мальчиками дразнили его? (Дети отвечают.)

Бедному Сереже было так больно слышать обидные слова. Он подолгу сидел один и думал. «Ну почему я такой толстый, такой неуклюжий? Зачем мне эти очки?» – плакал он. Горячие слезы капились по его щекам, но никого не было рядом, чтобы пожалеть мальчика. Сережа очень грустил и переживал из-за того, что никто не хотел с ним дружить. Казалось, еще чуть-чуть, и он заболит. Как вы думаете, что чувствовал Сережа, когда его обижали мальчишки? А вы когда-нибудь чувствовали подобное, переживали такие же чувства? Когда? Что вы тогда делали? (Дети отвечают.)

Но однажды Артур и его друзья сильно обидели Сережу. На прогулке они забрали у него шапку и заставили бегать за ними, чтобы ее вернуть. Артур подзадоривал Сережу такими обидными словами, что и повторять их не хочется. Сережа быстро выбился из сил, его очки запотели, и он никак не мог отдышаться. Мальчик сел на скамеечку и заплакал. Ему казалось, что весь мир ненавидит его и поэтому специально обижает. В этот грустный момент к нему подседа воспитательница, такая теплая и светлая, как волшебница. «Ничего, Сережа, я тебе помогу», – сказала она и обняла мальчика. От нее повеяло спокойствием, и мальчик потихоньку начал приходить в себя. После прогулки воспитательница посадила Сережу, Артура и других ребят в кружок на ковре и показала им два яблока.

### Метафора «Яблочки»

**Цель:** создать условия, чтобы дети осознавали последствия обид и травли других детей посредством терапевтической метафоры.

**Педагог-психолог:** Посмотрите, ребята, я вам принесла таких же два одинаковых яблока. (Педагог-психолог показывает детям яблоки.) Посмотрите, какие они красивые, сочные, аппетитные. (Педагог-психолог берет «битое» яблоко.) Ребята, вы знаете, мне почему-то не нравится это яблоко. Оно какое-то противное, да и цвет у него не очень, черенок у него кривой. Фу-у! Это яблоко ужасное. Давайте все вместе скажем, какое яблоко гадкое, нехорошее. Я передам яблоко по кругу, а вы скажете яблоку плохие слова.

Дети выполняют задание. Педагог-психолог берет второе, «не битое» яблоко.

**Педагог-психолог:** А это яблочко – изумительное! У него такой красивый вид, ровная кожица, нежный цвет, оно наверняка самое вкусное и сочное. Давайте его похвалим. Я передам яблоко по кругу, а вы скажете яблоку хорошие и добрые слова. (Дети хвалят яблоко.) Ребята, посмотрите, изменились ли наши яблочки? (Дети отвечают.) Нет, они остались такими же. Они почти одинаковые. (Педагог-психолог разрезает яблоки пополам.) Посмотрите, яблоко, которое мы похвалили, свежее и сочное внутри. А яблоко, которому мы сказали недобрые слова, внутри помятое. Как вы думаете, что произошло? (Дети отвечают.) Смотрите, внутри яблока ушибы, кашица и мятые бока – это то, что происходит внутри каждого, когда кто-то обижает его своими словами или действиями. Когда над кем-то издеваются, это очень ранит.

Часто люди не говорят, что они чувствуют. Если бы мы с вами не разрезали яблоко, мы бы никогда не узнали, сколько боли причинили ему. Я прошу вас, будьте осторожны со своими словами и делами.

### Продолжение сказки «Сережа в детском саду»

**Педагог-психолог:** Об этом и рассказала воспитательница ребятам. Сережа опустил голову и плакал. Тогда Артур подошел к нему. «Прости меня, пожалуйста. Я больше так не буду. Я не знал, что тебе так обидно и больно», – тихо сказал он. «Мы все так больше не будем», – понурили головы другие мальчишки. «Мы будем с тобой дружить. Ты добрый, всегда помогаешь нам и знаешь много интересных историй», – поддержали девочки. Воспитательница улыбнулась. (Обращается к детям.) Как вы думаете, ребята, ситуация изменится? Будут ли теперь обижать Сережу Артур и другие мальчишки? А почему? У вас в группе есть ребята, которые без конца обижают и дразнят других? Приятно ли вам, когда вас дразнят и обижают? А дразнить и обижать других вам нравится? Как вы думаете, что нужно сделать, чтобы перестать обижать других? (Дети отвечают.)

### Рисование по сказке

**Цель:** подвести детей к осознанию содержания сказки.

**Педагог-психолог:** Ребята, сейчас я предлагаю вам нарисовать Сережу, Артура и других ребят в детском саду. Нарисуйте, как, по-вашему, можно еще помирить ребят.

Дети рисуют. Когда они заканчивают, педагог-психолог предлагает им обсудить рисунки.

### Упражнение «Листочки»

**Цель:** развивать конструктивные коммуникативные навыки, ответственность за свои высказывания.

Педагог-психолог: Ребята, когда мы обзываем, обижаем кого-то, мы как будто приклеиваем к нему листочек. Например, вот такой (показывает): «дурак», «балбес», «злой», «драчун», «неудачник», «бессовестный», «лентяй».

Педагог-психолог раздает стикеры в произвольном порядке.

Педагог-психолог: Ребята, нравится ли вам такие наклейки? Почему? Вы хотите от нее избавиться? Почему? (Дети отвечают.) Давайте порвем их на мелкие куски и выбросим в мусорное ведро. (Педагог-психолог ставит в центр круга ведро для бумаг.) Я раздам вам другие листочки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «сообразительный», «активный», «воспитанный», «добросердечный», «помощник». Будьте такими! (Педагог-психолог раздает стикеры.)

### Авторская модификация релаксации «Цветочный дождь».

**Цели:** способствовать снятию психомышечного, психоэмоционального напряжения, расслаблению, формировать позитивное мировосприятие.

Педагог-психолог: Ребята, мы с вами сегодня многое узнали, много размышляли. Давайте немного отдохнем, чтобы потом снова стать веселыми и бодрыми. Сядьте удобнее на своих стульчиках, глубоко вдохните и выдохните, закройте глаза. (Педагог-психолог включает приятную мелодию.) Представьте, что на вас падает дождь из сотен и даже тысяч невидимых цветов. Пусть эти цветы падают подобно большим снежинкам

или крупным каплям дождя. Вы можете выбрать любые цветы: розы, маргаритки, незабудки, фиалки, тюльпаны, львиный зев, подсолнухи, колокольчики. Представьте их красоту, почувствуйте, как пахнут эти цветы. (Пауза.) Мне кажется, у вас хорошо получается представить цветы, и вы можете полностью насладиться ими. (Пауза.) А теперь вы можете остановить цветочный дождь. Выбирайтесь из этого цветочного сугроба. Откройте глаза.

### Рефлексия «Со свечой»

**Цель:** развивать когнитивное и эмоциональное самооценивание.

Ребята, вы любите сюрпризы? Я принесла вам настоящую свечу и сейчас зажгу ее. А вы сидите на своих стульчиках и смотрите на нее, но не трогайте. (Педагог-психолог зажигает свечу и ставит ее, включает красивую музыку.) Вспомните нашу встречу с самого начала. Что вам понравилось, а что нет? Что было трудным? Что далось легко? Как вы себя сейчас чувствуете? Расскажите волшебному клубочку свои впечатления. (Дети отвечают.)

### Ритуал прощания

**Цели:** завершить работу группы, создать положительный настрой.

А сейчас, ребята, похлопайте в ладоши те, кому понравилось наше занятие. (Дети хлопают.) Давайте возьмемся за руки и встанем в круг. Скажем спасибо волшебному клубку, что мы такие дружные! Мы стали внимательнее и добрее относиться друг к другу! Я покажу, как мы дружно задует свечу. Наше занятие закончилось. Всем большое спасибо!

## «Бутылочка спокойствия»: как сделать релаксационную игрушку своими руками

Чтобы в феврале уменьшить проявления негативных эмоциональных состояний у детей в связи с недостатком солнца и частых простуд, изготовьте «бутылочки спокойствия» из бросовых материалов. С их помощью вы переключите внимание воспитанника, который расплакался или проявляет нежелательное поведение, заинтересуете ребенка с ОВЗ, успокоите тревожного ребенка. Воспользуйтесь инструкцией и готовой картотекой игр с бутылочками.

---

Изготовьте релаксационные игрушки «бутылочки спокойствия». Они могут быть разного размера и наполнения. В зависимости от целей занятия наполняйте бутылочки бросовыми материалами, блестками, глиттерами, песком. Используйте бутылочки на занятиях с детьми и раздайте воспитателям, чтобы регулировать эмоциональное состояние детей в группе.



**Елена Якубова,**  
педагог-психолог 1-й квалиф. кат.,  
МАДОУ «Детский сад № 46 комбинированного вида»,  
г. Петропавловск-Камчатский

### Изготовьте стандартную «бутылочку спокойствия»

Возьмите пластиковые прозрачные бутылки небольшого объема – до 0,5 л, лучше 0,2–0,3 л. Наполните их водой. Используйте дистиллированную или отфильтрованную воду, чтобы избежать осадка. Можно добавить жидкий глицерин или сделать концентрированный раствор сахара, чтобы увеличить плотность воды – так блестки будут кружиться медленней.

Выберите и добавьте в бутылочку наполнители: глиттеры, пластиковые конфетти, водостойкие обрезки оберточной бумаги или пакетов, порезанную мишуру





или фантики от конфет, бусины, гидрогелевые шарики, масло, камни, ракушки, песок. Комбинируйте предметы, которые тонут, и легкие элементы – например, камни, ракушки с мишурой, глиттерами. Нанесите на основание крышки слой клея и быстро закрутите ее. Когда клей остынет и схватится, можно взболтать бутылку и проверить результат работы. Изготавливайте «бутылочки спокойствия» самостоятельно или вместе с детьми.

### **Меняйте наполнение и объем «бутылочек спокойствия», чтобы разнообразить игры**

В зависимости от задачи с изменять объем тары и наполнители в них. Для прогулок изготовьте «бутылочку спокойствия» с глиттерами → 64, которые будут переливаться на солнце. Используйте ее только на улице, чтобы дети не боялись испачкать игрушку. Для игры «Найди предмет» создайте бутылочку с песком или крупами и мелкими твердыми деталями внутри – игрушками, деталями конструктора. Создавайте бутылочки-часы из тары объемом 1,5–2 литра и наполняйте их блестящими контрастного цвета. Как вариант: соедините две бутылки горлышками и насыпьте в одну из них песок, чтобы получить «настоящие» песочные часы.



#### **Важно**

Когда ребенок следит за блестками внутри бутылочки, у него активизируются глазные мышцы. Глазодвигательные упражнения развивают межполушарное взаимодействие и активизируют процесс обучения

# Картотека игр с использованием «бутылочек спокойствия»



## Ты — мне, я — тебе

**Задачи:** формировать навыки совместной игры, развивать коммуникативные навыки.

Предложите детям сесть напротив друг друга и катать бутылочку друг другу, как мяч. Для детей раннего возраста ограничьтесь этой задачей. Для детей старше трех лет комбинируйте ее с речевыми играми по типу «съедобное-несъедобное», «я знаю пять имен мальчиков».

## Найди предмет

**Задачи:** стимулировать познавательную и поисковую активность ребенка, развивать мелкую моторику рук.

Попросите ребенка найти определенный предмет в бутылочке, то есть сделать так, чтобы его было видно. Чтобы выполнить задачу, ребенок будет трясти, крутить и переворачивать бутылочку до тех пор, пока предмет не станет заметен. Чтобы усложнить игру, используйте бутылочку с песком или крупами и мелкими деталями внутри.

## Уходи, злость, уходи

**Задачи:** регулировать эмоциональное состояние, создать ситуацию, в которой ребенок сможет безопасно для себя и окружающих выразить свой гнев.

Используйте «бутылочку злости» — пластиковую бутылку с предметами темного цвета, отрицательными игрушечными персонажами. Когда ребенок разозлится, отведите его в уголок релаксации и позвольте пошвырять бутылочку на подушки, поколотить ею мягкий ковер или «побить» ее ребром ладони или стопы. Бутылка с водой достаточно гибкая, поэтому под присмотром взрослого это не навредит ребенку. Когда вы увидите, что острая фаза злости прошла, предложите ребенку поиграть в любую успокаивающую и расслабляющую игру, чтобы восстановить энергию, которую он потратил на гнев.



## Найди нужную бутылочку

**Задачи:** развивать внимание и речь, тренировать память.

Поставьте перед ребенком бутылочки с различным наполнением и дайте их рассмотреть. Затем опишите одну из них по цвету, форме или содержанию. Попросите ребенка угадать, какую именно бутылочку вы загадали. После этого поменяйтесь ролями: предложите ребенку загадать бутылочку и описать ее и попробуйте угадать. Когда ребенок научится описывать содержимое бутылочек, усложните задачу — незаметно для него уберите одну из бутылочек и спросите, что изменилось. Ребенок должен вспомнить и описать, какую именно бутылочку вы убрали.

## Поймай солнышко

**Задачи:** развивать познавательный интерес, воображение.

На прогулке при ярком солнечном свете дайте детям бутылочку с блестками. Предложите им понаблюдать за переливами света в бутылочке, попробуйте запустить солнечный зайчик. Эта игра понравится застенчивым и спокойным детям, которые не любят играть в активные шумные игры на улице.

## Укрась вазу

**Задачи:** стабилизировать эмоциональное состояние, развивать воображение.

Используйте «бутылочки спокойствия» для нетрадиционных техник рисования. Например, попросите детей нарисовать узоры на бутылочках маркерами, фломастерами или красками — «украсить вазу». Рисование на бутылочке перекликается с техникой арт-терапии «рисование на стекле» и благотворно влияет на эмоциональное состояние детей.

## Часы

**Задачи:** предоставить детям физическую и понятную им временную шкалу, учить ориентироваться во времени, контролировать и планировать свою деятельность с учетом заданного временного интервала.

Используйте бутылочку в качестве аналога песочных часов. Например, предложите детям выполнить задание пока в бутылке не осели блестки, которые кружатся внутри нее. Предварительно засекуте, за сколько времени блестки опадут полностью, и озвучьте детям это время.



**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:**

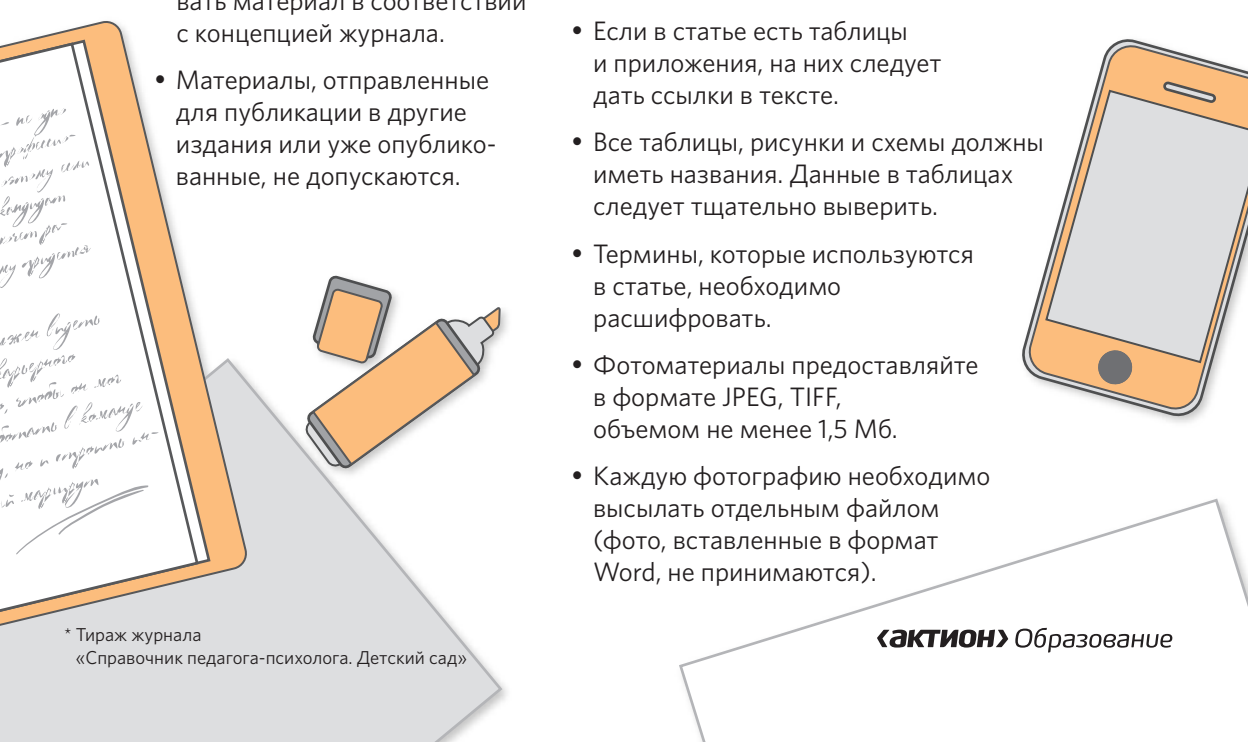
**[psi\\_sad@mcfrru](mailto:psi_sad@mcfrru)**

### 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»

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОММУНИКАЦИЯ



## Как провести семинар-практикум о психологическом здоровье педагогов. Готовый сценарий → 68

Мария Созина, педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 32»,  
Московская область, г. Балашиха

«Мне кажется, Саше не хватает внимания»:  
лайфхаки для родителей и воспитателей → 76

# Как провести семинар-практикум о психологическом здоровье педагогов. Готовый сценарий

Согласно исследованию ФИРО РАНХиГС за 2019 год, 84 процента воспитателей не справляются со стрессом. Чтобы укрепить психологическое здоровье педагогов вашего детского сада и провести профилактику эмоционального выгорания, организуйте для них семинар-практикум в феврале, когда они особенно подвержены стрессу. В статье – рекомендации, сценарий семинара-практикума и раздаточный материал.

---

В феврале проведите семинар-практикум «Психологическое здоровье педагогов», чтобы избежать негативных эмоциональных состояний у педагогов в конце зимы. Подготовьте материалы для коллажей, раздаточные материалы и записки с аффирмациями. Сформулируйте для педагогов сообщение о психологическом здоровье и его факторах. Включите в семинар-практикум теоретическую часть, упражнения для саморегуляции и творческие задания. Воспользуйтесь готовым сценарием и раздаточным материалом.



**Мария Созина,**  
педагог-психолог  
МБДОУ «Детский сад  
№ 32», Московская  
область, г. Балашиха

## Подготовьте материалы для семинара-практикума

Подготовьтесь к практической части семинара-практикума. Для коллажей на тему эмоционального комфорта вырежьте фотографии из журналов и сделайте распечатки из интернета с изображением детей, праздника, семьи, уютных предметов мебели и одежды, природы, смайлов – улыбки, сердца, знака «класс». Можно использовать фотографии территории детского сада,

групп, коллектива. Подготовьте листы бумаги и два фломастера яркого цвета. Вырежьте цветы и бутоны → 75 по количеству педагогов для подведения итогов.

Принесите на семинар-практикум два ватмана для коллажей и один, на который педагоги наклеят цветы и бутоны. Также подготовьте ножницы и клей из расчета один предмет на два человека. Для ритуала прощания напишите записки с пожеланиями и аффирмациями по количеству педагогов и положите их в шкатулку или красивую коробку.

## **Расскажите педагогам о психологическом здоровье и проведите упражнения**

Начните семинар-практикум с приветствия «Имя», которое поможет создать в группе благоприятный эмоциональный климат и активизирует внимание педагогов. В теоретической части расскажите о понятии психологического здоровья и факторах, которые на него влияют. Опишите понятия регуляции и саморегуляции и приведите примеры. Познакомьте педагогов с приемом саморегуляции через дыхание по схеме «4 + 4 + 4» и научите их использовать мышечное напряжение, чтобы снимать отрицательные состояния.

Во второй части семинара-практикума организуйте творческие упражнения. Предложите педагогам разделиться на две группы и создать коллажи, которые будут отображать условия эмоционального комфорта на работе и дома. Обсудите их. Проведите упражнение «Ужасно-прекрасный рисунок» и обсудите с педагогами, как человек может по-разному смотреть на одни и те же вещи. Подведите итоги семинара-практикума с помощью изображений цветов и лепестков – попросите педагогов написать на них свои мысли и пожелания и оформите ими ватман. В конце выполните ритуал прощания «Волшебная шкатулка» – предложите педагогам наугад выбрать для себя аффирмацию. Используйте готовый сценарий → 70

## Сценарий семинара-практикума «Психологическое здоровье педагогов»

**Участники:** педагоги.

**Цель:** сформировать потребность в комфорте и эмоциональном благополучии как фактора успешной педагогической деятельности.

**Задачи:** укрепить психологическое здоровье педагогов, снизить негативные переживания, обучить техникам саморегуляции, создать в коллективе благоприятный эмоциональный климат, способствовать профессиональной рефлексии.

**Материалы:** фотографии и вырезки из журналов для коллажа, ножницы, клей, карандаши, 3 ватмана, 2 листа бумаги, 2 фломастера, цветы и бутоны из бумаги, шкатулка с аффирмациями и пожеланиями.

### Приветствие «Имя»

Педагог-психолог: Здравствуйте, коллеги! Наша встреча посвящена профилактике эмоционального выгорания и укреплению психологического здоровья. Сегодня мы поговорим о том, как оставаться здоровым и работать с радостью, и выполним упражнения, которые помогут снять эмоциональное напряжение. А начнем мы с упражнения «Имя», которое поможет вам настроиться на работу и активизирует ваше внимание. Сейчас каждый из вас придумает прилагательное, которое начинается на ту же букву, что и его имя. Далее по очереди вы будете называть свои имена и прилагательные. Причем каждый следующий участник будет повторять все, что сказали коллеги до него. Например, первый участник говорит: «Оксана, обаятельная». Второй участник повторяет слова первого и называет свое имя и прилагательное, вот так: «Оксана, обаятельная. Валерия, верная». Третий участник, прежде чем назвать свое имя, повторяет слова первых двух, и так далее. (Педагоги выполняют упражнение).



### Сообщение: «Формула здоровья»

Педагог-психолог: Дорогие коллеги, вы задумывались, что составляет наше здоровье? Существует формула, по которой наше здоровье – это на 10 процентов – медицина, на 20 процентов – наследственность, еще на 20 процентов – окружающая среда и на 50 процентов – образ жизни, то есть то, что зависит от нас. Профессия задает образ жизни человека и поэтому влияет на его здоровье. Педагогический труд связан с нашими внутренними ресурсами – это наши умения, убеждения, личные качества, знания – и с внешними факторами – другими людьми, информацией, стрессом. Все это влияет на наше самочувствие и психологическое состояние.

### Сообщение: «Как получать удовольствие от профессии и оставаться здоровым»

Педагог-психолог: Здоровье – это не только отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия и комфорта. Когда человек здоров, у него достаточно энергии, адекватная самооценка. У него естественным образом запускаются процессы регуляции организма. Кто скажет, что такое процессы регуляции и саморегуляции? (Педагоги отвечают.)

Процессы регуляции организма способствуют тому, что человек достигает комфортного для него состояния и устраняет неприятные эмоции. Они запускаются, когда человек смеется, улыбается, размышляет о хорошем, выполняет специфические движения типа потягивания, расслабляет мышцы, наблюдает за пейзажем за окном, обращается мысленно к высшим силам, дыха-

ет свежий воздух, хвалит собеседника, говорит ему комплименты. При саморегуляции человек сознательно использует приемы, чтобы регулировать свое состояние. Так он достигает одного из трех результатов: успокаивается и устраняет эмоциональное напряжение, восстанавливается и снижает проявления усталости, повышает свою психофизиологическую активность.

Есть несколько способов запустить процессы саморегуляции. Одни способы связаны с управлением дыханием и влияют на тонус мышц и эмоциональные центры мозга. Другие способы связаны непосредственно с управлением тонусом мышц. Они помогают снять мышечное напряжение и быстро восстановить силы. Способы самовнушения подразделяются в зависимости от цели высказывания на самоприказ, например: «Не поддаваться на провокацию!» – самопрограммирование, например: «Именно сегодня у меня все получится» – и самопоощрение. Даже при незначительном успехе важно хвалить себя, говорить себе мысленно «молодец», «умница», «здорово получилось». Находите возможность хвалить себя в течение рабочего дня не меньше 3–5 раз.

### Дыхание по йоге «4 + 4 + 4»

Педагог-психолог: Давайте выполним простое дыхательное упражнение, которое помогает снять эмоциональное напряжение. Сядьте свободно. Закройте глаза и послушайте свое дыхание. Теперь дышите по схеме «4 + 4 + 4»: четыре секунды на вдох, четыре секунды на задержку дыхания, четыре на выдох. Повторите еще два раза. (Педагоги выполняют упражнение.) Вы спокойны. Улыбнитесь.

### Упражнение «Снять неприятные ощущения через напряжение»

Педагог-психолог: Сейчас мы будем напрягать части тела и расслаблять их. Вместе с напряжением от нас будут уходить отрицательные состояния. Начнем с рук. Сожмите кисти в кулаки как можно сильнее. Напрягите руки. Разожмите кулаки и пошевелите пальцами. Встряхните их. Испытайте чувство расслабления. (Педагоги выполняют упражнение.) Теперь перейдем к плечам – важно научиться их расслаблять, ведь негативные чувства «живут на загривке». Приподнимите плечи с напряжением, затем опустите их. Повторите три раза, затем поднимите каждое плечо несколько раз. Положите подбородок на грудь. Поверните подбородок и шею направо, затем налево. Повторите три раза, поворачивайте шеей. Сядьте прямо и удобно. Сложите руки в «замок» перед собой. Потянитесь, напрягая руки и плечи. Расслабьтесь. Встряхните кисти. (Педагоги выполняют упражнения.)

### Упражнение-коллаж «Условия эмоционального комфорта»

Педагог-психолог: Дорогие коллеги, давайте подумаем, что составляет наш эмоциональный комфорт. Какие у вас идеи? (Педагоги отвечают.) А теперь поделитесь, пожалуйста, на две группы. Мы попробуем показать эмоциональный комфорт визуально, на этих плакатах. Первая группа с помощью фотографий и вырезок из журналов создаст коллаж, на котором изобразит условия эмоционального комфорта педагога на работе. Вторая группа сделает коллаж с условиями эмоционального комфорта дома, в семье.

Педагоги делятся на группы и делают коллажи, после этого презентуют их друг другу.

#### Упражнение «Ужасно прекрасный рисунок»

Педагог-психолог: А теперь каждая группа получит по листу бумаги и фломастеру. Первый участник из группы за 30 секунд нарисует на листе «прекрасный рисунок» и передаст его соседу справа. Тот в течение 30 секунд превратит «прекрасный рисунок» в «ужасный» и передаст следующему участнику, который снова сделает рисунок «прекрасным». И так далее, до тех пор, пока лист бумаги не вернется к хозяину.

Педагоги выполняют задание, потом обсуждают упражнение, сопоставляют его результаты со способностью относиться к жизненным ситуациям как к «прекрасным» или «ужасным».

#### Подведение итогов

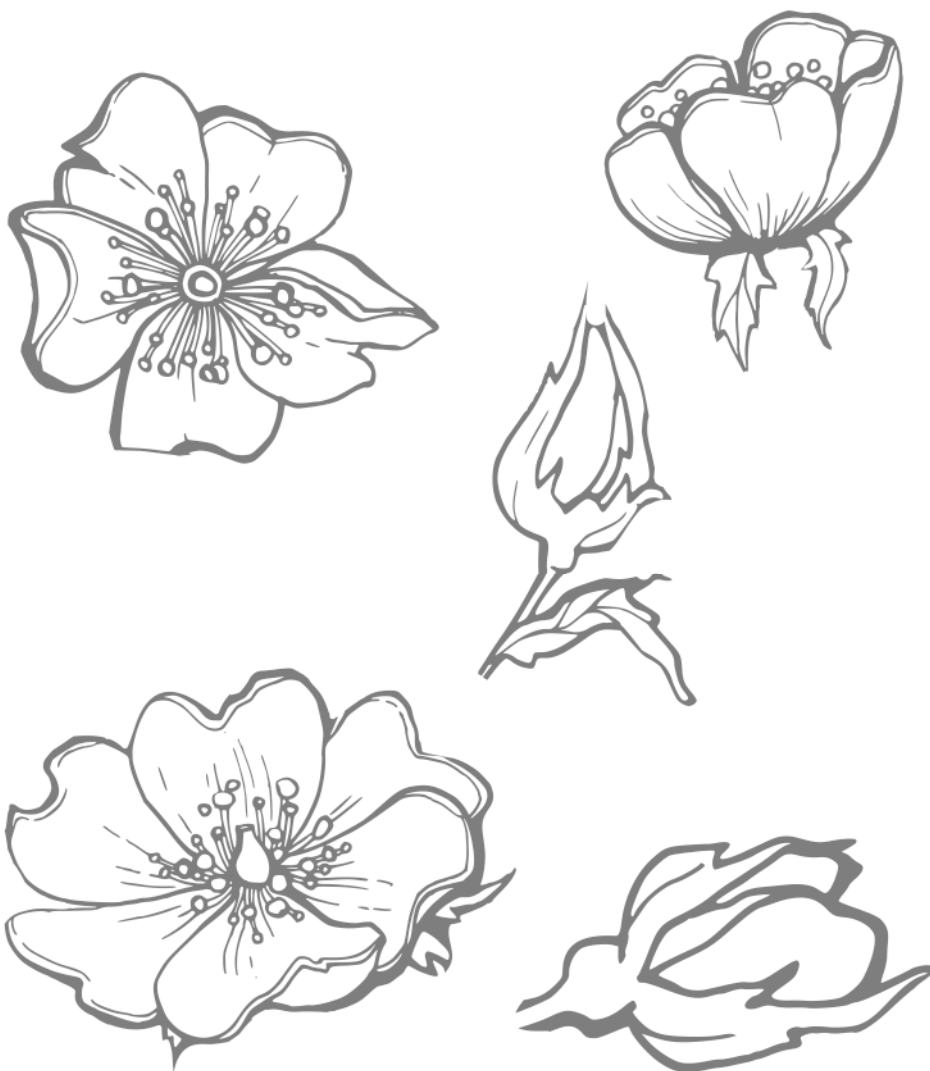
Педагог-психолог: Коллеги, давайте подведем итоги сегодняшней встречи. Сейчас я раздам вам цветы и бутоны из бумаги. Запишите на лепестках цветов ваши положительные эмоции и предложения, которые появились в процессе работы. На бутонах запишите то, чего пока не удалось достичь. По желанию раскрасьте ваши цветы, чтобы они красиво смотрелись на ватмане. (Педагоги выполняют задание.)

#### Ритуал прощания «Волшебная шкатулка»

Педагог-психолог: Уважаемые коллеги! Наш семинар-практикум подошел к концу. Чтобы закончить его добрыми напутствиями, я принесла волшебную шкатулку с пожеланиями для вас. Вытащите из нее по одной записке и подумайте над тем, что будет на ней написано. Спасибо за работу! (Педагоги выполняют задание.)

## Набор «Цветы и лепестки» для участника семинара-практикума «Психологическое здоровье педагогов»

Напишите на лепестках цветов ваши положительные мысли и эмоции, а также предложения по итогам семинара-практикума. На бутонах запишите то, чего вам пока не удалось достичь, но вы обязательно попробуете в будущем.



# «Мне кажется, Саше не хватает внимания»: лайфхаки для родителей и воспитателей

Родители беспокоятся, что они недостаточно общаются с ребенком, когда они помногу времени проводят на работе или занимаются бытом. Однако дети могут недополучать внимание взрослых и когда они непосредственно общаются с ними. Мама читает ребенку книжку, но параллельно отходит мешать суп на плите и проверяет смартфон. Воспитатель слушает одного ребенка, но его уже тянет за рукав другой воспитанник. Чтобы помочь родителям и воспитателям «насытить» ребенка вниманием, предложите им лайфхаки – сборник специальных техник из этой статьи.

---

Ребенок стремится получить концентрированное внимание взрослого, потому что для него это подтверждение того, что он нужен и интересен. Взрослые стремятся дать больше внимания ребенку, однако часто оно расфокусировано. В результате у родителей и педагогов возникает чувство тревоги, будто они что-то «недодали». Проконсультируйте их, в какие моменты им действительно необходимо уделять больше внимания детям. Расскажите о техниках, которые помогут систематически «насыщать» детей вниманием. Это позволит создать условия, в которых у ребенка будет формироваться адекватная самооценка. Часть техник подойдет воспитателям.



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

## Когда ребенку не хватает внимания

Детям часто не хватает внимания взрослых, даже когда те стараются чаще находиться рядом с ними. Это происходит, когда взрослый утомлен и не в состоянии поддер-

живать игру или чрезмерно сосредоточен на рабочих и бытовых заботах – даже когда он ими не занимается. Ребенку может не хватать общения со взрослым в семье, когда в ней несколько детей, или в группе детского сада, когда на одного педагога приходится много воспитанников. В этих случаях ребенок ожидает, что взрослый будет концентрироваться только на нем, но это невозможно, ведь взрослому приходится «разрываться» между несколькими задачами. Также родители могут считать, что у них с ребенком нет общих интересов, и потому не проявлять искреннего любопытства к увлечениям ребенка.



#### Справка

Среди признаков нехватки внимания взрослых у ребенка – капризы, агрессия, психосоматические заболевания

## Какие техники помогут «насытить» ребенка вниманием взрослого

В случаях, когда родители или воспитатели чувствуют, что детям не хватает общения с ними, предложите им применять техники, которые «насыщают» ребенка вниманием взрослого. Они помогут снять напряжение, повысят уровень доверия, помогут проработать негативные эмоции у детей. Техники можно использовать в стрессовых ситуациях, периодически или ежедневно.

Для родителей подходят все техники из картотеки: «Разговорчики на сон», «Минутки внимания», «Пуповинка», «Минутки нежности» и другие → 78. При этом важно подбирать те из них, которые приятны и ребенку, и взрослому – иначе ребенок считает напряженное состояние родителя, и техника будет бесполезна.

Для воспитателей подойдут техники «Зеркало», «Поддавки». Технику «Плакат достижений» они могут использовать для всей группы. Также воспитатели могут применять технику «Разговорчики на сон» перед тихим часом с ребенком, которому необходимо дополнительное внимание, или с несколькими детьми – при условии, что каждый из них выскажется. Дети эмоционально воспринимают эту технику, поэтому следует быть готовым к тому, что общение займет время.

# ТЕХНИКИ, ЧТОБЫ «НАСЫТИТЬ» РЕБЕНКА ВАШИМ ВНИМАНИЕМ

## РАЗГОВОРЧИКИ НА СОН

Предложите ребенку в вечернее время или перед сном вспомнить, что интересного случилось за день. Перечислите хорошие события, которые произошли с вами сегодня и дайте ребенку высказаться. Техника поднимет вам и ребенку настроение. Вы сконцентрируетесь на положительных сторонах, резюмируете происходящее и дадите ребенку веру в то, что каждый день чем-то хорош. Также техника поможет вам лучше узнать друг друга и найти точки взаимных интересов.

## МИНУТКИ ВНИМАНИЯ

Сообщите ребенку, что сейчас начинаются ваши «минутки внимания» друг к другу. Засеките на таймере три минуты и в это время полностью сконцентрируйтесь на ребенке. В течение трех минут не отвлекайтесь на раздражители – звонки, уборку. Когда время истечет, скажите ребенку об этом, но если вы разыграетесь и захотите продлить время – это не возбраняется. Техника позволяет насытить ребенка родительским вниманием. Используйте ее несколько раз в день.

## ПУПОВИНКА

Используйте технику «Пуповинка», когда ребенок каким-то образом отдаляется от вас: например, когда он переселяется в другую комнату или в качестве утренней традиции перед детским садом. Возьмите длинную ленту или моток плотных ниток, приклейте на конец нитки или ленты одно сердечко, второе приклейте в полуметре от первого. Разрешите ребенку отмотать от клубка небольшое расстояние, а затем перерезать ножницами нить или ленту. Расскажите ребенку, что эта лента с сердечками – символ того, как бесконечна ваша любовь к нему, и что он, пока держит это сердечко, должен знать, что вы рядом и всегда поддержите его. Положите ленточку ребенку в кармашек.



## ЗЕРКАЛО

Техника «Зеркало» поможет «настроиться» на ребенка, глубже понять его мотивы, действия и настроения. Поиграйте с ребенком: попробуйте скопировать его позу и движения, сымитируйте его речь и звуки, которые он издает. После этого предложите ребенку скопировать вас в ответ. Используйте эту технику, только когда ребенок в хорошем настроении, иначе он может подумать, что вы пытаетесь его передразнить.

## ПОДДАВКИ

Периодически давайте ребенку почувствовать себя «взрослым» с помощью игры в поддавки. Предложите ребенку поучить вас что-нибудь делать или просто поддавайтесь ему, изобразите, что ничего не умеете самостоятельно. Спросите у ребенка, как сделать простую вещь. Дети гордятся своими навыками, и им важно, когда взрослые с ними советуются, учитывают их мнение. Это связано с детской иллюзией, что взрослый всемогущ, может делать только то, что хочет, и ему все легко дается.

## МИНУТКИ НЕЖНОСТИ

Используйте прием «Минутки нежности», когда расстаетесь с ребенком – перед детским садом, отъездом к бабушке или символическим прощанием, перед сном. Благодаря приему ребенок получит вашу поддержку в моменты, когда он уязвим. Придумайте ритуал: каждый раз, когда вы куда-то уходите, используйте тактильный контакт: несколько минут обнимайте ребенка, легонько щекачите его, гладьте по голове. Так ребенок почувствует себя защищенным и станет проще переживать расставание.

## ПЛАКАТ ДОСТИЖЕНИЙ

Купите красивый настенный календарь или плакат и небольшие наклейки. За каждое достижение ребенка торжественно наклеивайте их на нужную дату. Решите, что будет считаться достижением: например, ребенок хорошо поел в детском саду, сделал красивую поделку, спал всю ночь в своей комнате. Определите количество наклеек, после которого произойдет приятное для ребенка событие. Когда ребенок накопит это количество, устройте для ребенка импровизированный праздник или подарите подарок.

## Читайте в следующем номере

- 1** Воспитанники с РАС: анализ конкретных случаев, конспекты занятий и визуальное расписание
- 2** Тренинг с педагогами перед конкурсом профессионального мастерства
- 3** «Мирилка для друзей», или Как научить ребенка не обижаться

### 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)

«Пресса России» — 44908 (год); 44950 (полугодие)



# Дистанционные курсы повышения квалификации по работе с детьми с ОВЗ

72 часа

## Для директора школы:

Организация обучения детей с ОВЗ и детей-инвалидов в ОО

## Для заведующего детским садом:

Создание специальных образовательных условий для детей с ОВЗ по ФГОС ДО

## Для воспитателя детского сада:

Технологии обучения и воспитания детей дошкольного возраста с ОВЗ по ФГОС ДО



## Как проходит обучение



обучение 24/7  
доступ через  
интернет



просто и понятно:  
инфографика,  
таблицы, чек-листы





закрепление материала,  
тесты после  
каждого модуля


Реклама

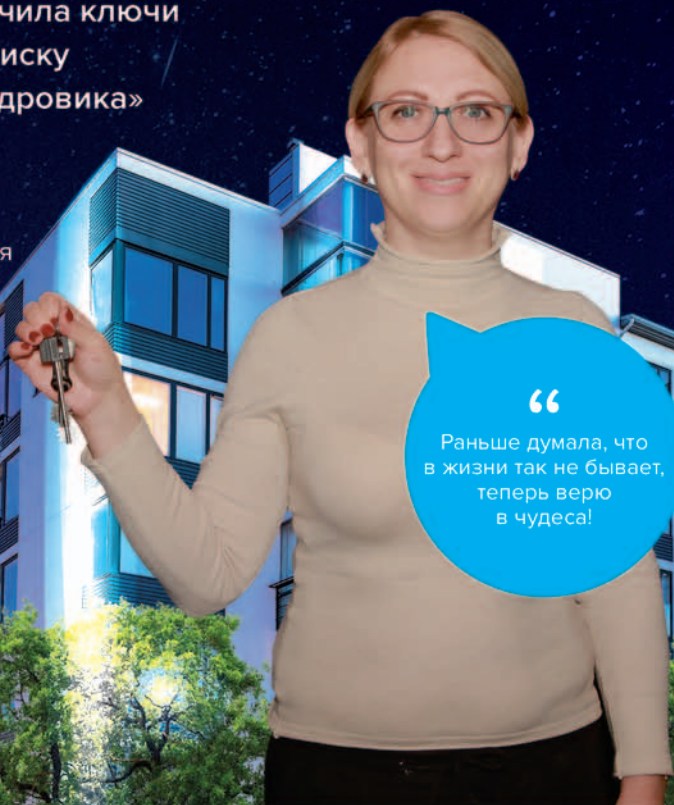
Нам — 25 лет!

# В 2019 году мы **подарили** **квартиру**

 Ирина Краснокутская получила ключи от новой квартиры за подписку на журнал «Справочник кадровика»

 **РЕМОНТ В ДОМЕ**  
Выиграл Валерий Шипицын, журнал «Справочник руководителя образовательного учреждения»

 **ПУТЕШЕСТВИЕ**  
Выиграла Людмила Байцева, журнал «Главбух»



“

Раньше думала, что в жизни так не бывает, теперь верю в чудеса!

## 50 234

подписчика получили ноутбуки, планшеты и другие ценные подарки в юбилейном году

**В 2020 году читателей ждут новые подарки! Не забудьте продлить подписку**

