Министерство просвещения Российской Федерации
Общественная организация «Федерация психологов образования России»
ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»

ФЕДЕРАЦИЯ ПСИХОЛОГОВ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ

МГППУ

КОЛЛЕКТИВНАЯ МОНОГРАФИЯ

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

## Каталог – 2026

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ
Каталог – 2026
КОЛЛЕКТИВНАЯ МОНОГРАФИЯ

Москва 2026

**Министерство просвещения Российской Федерации**
**ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»**
**Общероссийская общественная организация «Федерация психологов образования России»**

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

## Каталог

Коллективная монография

Москва 2026

УДК 159,9
ББК 88

П 94 Психолого-педагогические программы и технологии в образовательной среде. Каталог: коллективная монография / Под ред. В.В. Рубцова, Е.С. Романовой, О.В. Иванцова, О.И. Леоновой, Е.О. Пятакова. — М., 2026. — 234 с.

Каталог подготовлен по результатам анализа программ и технологий психолого-педагогической работы в системе образования — участников Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025. Конкурс проводился во исполнение пункта 26 раздела III плана мероприятий на 2024 — 2030 годы по реализации Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года. Мероприятие направлено на совершенствование психолого-педагогических условий реализации образовательного процесса.

Конкурс показал, что существует большое количество психолого-педагогических программ и технологий, реализуемых в образовательных организациях, центрах психолого-педагогической помощи и региональных службах, которые дают возможность увидеть, как на местах решаются актуальные практические задачи, а также уровень их сложности и разнообразие используемых подходов.

Совокупность представленных программ и технологий позволяет представить картину работы в регионах с психолого-педагогическими проблемами в таких областях, как: развитие коммуникативной сферы детей и подростков, социальная адаптация, формирование общеучебных и универсальных действий у школьников, коррекция поведенческих нарушений и оказание помощи детям с ограниченными возможностями здоровья. Кроме того, конкурс позволил выявить наиболее востребованные у специалистов методы диагностики, современные технологии (включая цифровые сервисы, нейропсихологические и арт-терапевтические подходы), а также необходимое ресурсное обеспечение для эффективной реализации психолого-педагогической помощи в образовательной среде.

**ISBN 978-5-94051-249-3**

© Авторы программ
© Общероссийская общественная организация «Федерация психологов образования России»
© ФГБОУ ВО МГППУ

# Содержание

Введение ..... 6

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ ..... 8

*Силинская Ю.П., Загоскина Т.В., Соболева М.Е.*
Профилактическая психолого-педагогическая программа «#ProДвижение» ..... 8

*Приходько Х.Р., Канушкина Е.О., Сапсаева М.Г.*
Проект психологической помощи, направленный на снижение тревожности, обусловленной утратой близкого на СВО «Время Героев» ..... 13

*Матюкина Е.С., Бреславец Е.В., Яровая Е.А.*
Комплекс психолого-педагогических занятий «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации и социализации детей 3–4 лет в ДОО с использованием медиаобразования» (на материале мультсериала «Цветняшки») ..... 21

*Авдюнина Т.В.*
Программа родительского клуба «Мы вместе!» ..... 30

*Боднар Т.Н., Еремина О.А.*
Программа психолого-педагогического сопровождения семей, обучающихся с особыми возможностями здоровья «Арт-кафе «Рецепты счастья» ..... 37

*Кошенскова С.А., Фетисова О.С.*
Психолого-педагогическая программа «Я в ресурсе» ..... 44

*Медведева Е.О.*
Психолого-педагогическая программа экзистенциального развития личности школьника «Я — автор своей жизни: от смысла к действию» ..... 48

ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ И НАРУШЕНИЙ В РАЗВИТИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ..... 55

*Тихонова Е.Н.*
Модель психологической помощи детям подросткового возраста, столкнувшимся с травлей ..... 55

*Тетерина О.Ф., Шинкун Е.В.*
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие саморегуляции у обучающихся с проявлениями дезадаптивного поведения «ВБалансе» ..... 61

*Ткаченко К.В., Руденская О.Н.*
Психолого-педагогическая коррекционно-развивающая программа снижения тревожности у детей дошкольного возраста «Волшебный чемодан спокойствия» ..... 68

*Миронова Л.Н.*
Программа социально-коммуникативного развития дошкольников 5–7 лет с ОВЗ «Я умею общаться» ..... 75

*Помазкина О.В.*
Коррекционно-развивающая программа «Шаг за шагом к успешному общению» для обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) ..... 79

ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ ..... 85

*Сергеева Т.Ю., Смолякова И.В.*

Психолого-педагогическая программа коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» для детей старшего дошкольного возраста 5–6 лет ..... 85

*Семак А.С., Маркач Д.Г.*

Коррекционно-развивающая программа «Я все смогу!» ..... 93

*Бараева Р.Х., Жидкова К.А., Земцова А.М., Литвинова Е.С., Норкина С.В., Чебаненко А.С.*

Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Память поколений: игры разных народов как средство коррекционно-профилактического ресурса для детей с нарушениями слуха» ..... 100

*Буркова О.В.*

Коррекционно-развивающие (психологические) занятия по коррекции когнитивной, эмоционально-волевой сфер и поведения младших школьников с нарушением интеллекта ..... 107

*Заводян Л.В.*

Коррекционно-развивающая программа «Гармония развития» для обучающихся с задержкой психического развития (1–4 классы) ..... 123

*Матвеева Е.Г., Буракова А.В., Борисова Е.В., Чупакова А.В.*

Психолого-педагогическая программа Игровой тренинг по предупреждению внутриклассной травли «Наш класс — самый дружный» ..... 129

*Печатнова Н.Б., Диденко Н.И.*

Коррекционно-развивающая программа «Солнышко» (модификация программы психолого-педагогических занятий «Цветик-семицветик» под ред. Н.Ю. Куражевой) ..... 136

*Токарева К.С.*

Коррекционно-развивающая программа по дополнительному образованию детей в возрасте от 5 до 6 лет по опытно-экспериментальной деятельности «Первые шаги в мир науки» ..... 138

*Шевцова И.Ю.*

Коррекционно-развивающая технология «ПАСЛ» (Прием активного слушания литературы) для старших дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР) и тяжелыми нарушениями речи (ТНР) ..... 144

РАЗВИВАЮЩИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ

*Шебеко Л.В.*

Технологический комплекс (технология) психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса «Технология раскрытия личностного потенциала: «Персона 360»..... 148

*Виличинская Е.В.*

Коррекционно-развивающая программа «Добро пожаловать в Хогвартс» по развитию творческого мышления у детей младшего школьного возраста ..... 153

*Ажахметова А.И., Ильяшова Е.А., Боброва А.В., Мясоедова А.В., Пищулина Л.В.*

Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения детей иностранных граждан ... 158

*Тыкман И.Р., Шинкун Е.В.*

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие жизнестойкости подростков «Я смогу!» ..... 164

*Шумилова И.А.*
Развивающая психолого-педагогическая программа «Умею обобщать» ..... 169

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ (ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ)
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ ..... 174

*Власова Н.М., Дубенцова Ю.В., Егорова А.В.*
Программа в рамках родительского клуба «Школа родителей. Раннее развитие» ..... 174

*Илюшина М.И., Нечаева О.А.*
Психолого-педагогическая технология настольная дидактическая игра «ПедКласс» ..... 179

*Свободина Ю.В.*
Дополнительная общеобразовательная психолого-педагогическая программа социально-гуманитарной направленности «Профессиональный компас» ..... 186

*Смирнова А.И., Кадашникова А.Д.*
Пропедевтика тьюторской деятельности родителей, воспитывающих детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и сочетанными дефектами «Мастерская родительского тьюторства: растим вместе» ..... 194

*Овчинникова И.В.*
Программа психологической поддержки родителей, обучающихся школы-интерната для детей с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) «Мой особенный ребенок» ..... 199

ПРОГРАММЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА С ПЕДАГОГИЧЕСКИМИ КОЛЛЕКТИВАМИ
И ПЕДАГОГАМИ ..... 203

*Агаева А.С., Гобаева И.Р., Кабулова Н.О., Соболева О.О., Хатаева З.В.*
Психолого-педагогическая программа «Союз профессионалов» ..... 203

*Пазынина Л.М., Нам К.Н.*
Психолого-педагогическая программа личностного роста и профилактики профессионального выгорания у педагогов «Путь к себе» ..... 208

*Коковина О.В.*
Психолого-педагогическая программа «Психопрофилактика профессиональных деформаций педагога образовательной организации посредством психологического тренинга» ..... 217

*Горина М.В.*
Профилактическая программа работы с педагогическим коллективом «Равновесие» ..... 223

*Миронова Н.А., Носкова Е.В., Почурицина А.Н., Харченко Т.Ю., Ялымова О.Ю.*
Программа по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» по теме «Управление временем в работе педагога» ..... 229

# Введение

Современный этап развития системы образования в Российской Федерации характеризуется усилением внимания к вопросам психологической безопасности, благополучия всех участников образовательных отношений и создания равных возможностей для полноценного развития и социализации обучающихся. Динамичные социальные изменения, рост информационных нагрузок, необходимость адаптации образовательной среды к особым потребностям детей ставят перед психолого-педагогической наукой и практикой задачу поиска эффективных, научно обоснованных инструментов профессиональной деятельности. Ключевым ресурсом решения этих задач выступают психолого-педагогические программы и технологии, обеспечивающие комплексное сопровождение развития, обучения и воспитания подрастающего поколения.

Осмысление и систематизация лучшего регионального опыта в этой сфере является важнейшим условием совершенствования методического обеспечения деятельности педагогов-психологов и смежных специалистов. Доступ профессионального сообщества к валидным, апробированным и доказавшим свою эффективность программам способствует повышению качества психолого-педагогической помощи, позволяет тиражировать успешные практики и выстраивать единое методологическое пространство психологической службы в образовании.

Настоящая монография подготовлена по итогам анализа программ и технологий, представленных на Всероссийский конкурс лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025. Конкурс, организованный при поддержке профильных профессиональных сообществ, стал масштабной площадкой для выявления и демонстрации инновационных подходов к решению широкого спектра профессиональных задач. В данном издании представлены программы, прошедшие многоступенчатый экспертный отбор и рекомендованные к реализации в образовательных организациях и центрах психолого-педагогической помощи.

Структура монографии отражает основные направления современной психолого-педагогической практики и сформирована в соответствии с ключевыми номинациями конкурса 2025 года:

«Профилактические психолого-педагогические программы» — программы и технологии, нацеленные на создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды, предупреждение неблагополучия, формирование у обучающихся ресурсов совладающего поведения, ценностно-смысловых ориентаций и установок на здоровый образ жизни.

«Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся» — специализированные программы помощи детям и подросткам, испытывающим трудности в обучении, социальной адаптации и поведении, направленные на коррекцию эмоционально-волевой сферы и формирование конструктивных моделей взаимодействия.

«Программы коррекционно-развивающей работы» — комплексы психолого-педагогических мер по созданию специальных образовательных условий и ресурсного обеспечения инклюзивной среды для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

«Развивающие психолого-педагогические программы» — технологии, ориентированные на раскрытие когнитивного, аффективного и регуляторного потенциала обучающихся, в том числе относящихся к группам риска, а также на психологическое обеспечение деятельности педагогов и родителей в образовательном процессе.

«Образовательные (просветительские) психолого-педагогические программы» — программы, способствующие повышению психологической культуры и компетентности всех участников образовательных отношений: обучающихся, их родителей (законных представителей) и педагогов.

«Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами» — инновационные форматы и методы, направленные на укрепление психологического благополучия педагогов, развитие их профессиональных ресурсов, навыков эффективной коммуникации и командного взаимодействия.

Представленные в монографии практики получили экспертную оценку и гриф «Рекомендовано общероссийской общественной организацией «Федерация психологов образования России». Они раскрывают содержание и технологические аспекты деятельности специалистов, демонстрируют возможности междисциплинарного взаимодействия и вносят существенный вклад в развитие методологии психолого-педагогического сопровождения на всех уровнях образования. Материалы сборника адресованы педагогам-психологам, учителям-логопедам, учителям-дефектологам, социальным педагогам, администрации образовательных организаций, а также преподавателям и студентам профильных вузов.

# Профилактические психолого-педагогические программы

## Профилактическая психолого-педагогическая программа «#ProДвижение»

**I место**

**Авторы — победители Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Силинская Юлия Павловна,*** *заместитель директора по информационно-методической работе БУ ВО «Областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», г. Вологда*

***Загоскина Татьяна Викторовна,*** *заместитель директора по организационно-педагогической работе БУ ВО «Областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», г. Вологда*

***Соболева Мария Евгеньевна,*** *директор БУ ВО «Областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», г. Вологда*

Ключевая задача профилактики деструктивного поведения подростков — сформировать психологически устойчивое поколение. Для достижения этой цели необходимо создавать особые психолого-педагогические условия, направленные на сохранение здоровья, формирование безопасного поведения и личностное развитие каждого обучающегося. Это возможно только при развитии у подростков основ самопознания, навыков конструктивного общения и умения рационально действовать в сложных жизненных ситуациях.

Профилактическая психолого-педагогическая программа «#ProДвижение» разработана в целях профилактики различных форм деструктивного поведения у подростков, формирования здорового образа жизни и безопасного поведения обучающихся.

Участие подростков в занятиях способствует: формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, социально одобряемого и ответственного поведения, навыков ассертивного отказа, позитивного мышления; обучению техникам снятия психоэмоционального напряжения, способам оценки риска и его последствий; развитию стрессоустойчивости, эмоционального интеллекта, критического мышления; повышению жизнестойкости.

Новизна программы определяется оптимальным сочетанием форм и методов работы с целевой аудиторией, в том числе цифровых сервисов, учетом требований, действующих нормативных правовых и методических документов, регламентирующих организацию и содержание профилактической работы с несовершеннолетними, а также апробацией и внедрением авторских разработок.

Оригинальность программы заключается:

1) в применении знакомого и актуального для подростков формата работы с информацией: завершение каждого тематического занятия предполагает обобщение изученного материала в формате выбора содержания для поста в соцсети, который можно было бы разместить под хэштегом с названием занятия;

2) в использовании участниками на занятиях сервиса GigaChat как актуального и популярного ресурса работы с информацией для повышения мотивации и интереса к изучаемому материалу;

2) в применении единых подходов к логике проведения занятий: содержание каждого тематического занятия программы предполагает рефлексию с использованием приема «Кубик Блума».

### Цель и задачи программы

Цель программы — повышение уровня психологической грамотности обучающихся по вопросам формирования здорового образа жизни и безопасного поведения и формирование устойчивости к деструктивным поведенческим моделям.

Указанная цель реализуется посредством решения следующих задач:

1) способствовать формированию у подростков социально одобряемого, ответственного, уверенного поведения;

2) способствовать развитию эмоционального интеллекта, стрессоустойчивости, повышению жизнестойкости, устойчивости к социальным угрозам;

3) обучать подростков способам снятия психоэмоционального напряжения;

4) развивать у обучающихся позитивное и критическое мышление;

5) предоставить подросткам информацию о доступных ресурсах психолого-педагогической помощи и поддержки.

### Целевая аудитория

Участники программы — обучающиеся 7–11 классов общеобразовательных организаций, обучающихся 1–2 курсов учреждений среднего профессионального образования. К целевым группам относятся: нормотипичные обучающиеся (подростки с нормативным кризисом развития), дети, испытывающие трудности в обучении.

Реализация данной программы также может осуществляться в качестве дополнительных мер в рамках оказания адресной, индивидуально ориентированной психологической помощи в преодолении трудностей, характерных для конкретных целевых групп детей, нуждающихся в особом внимании в связи с высоким риском уязвимости (например, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей; подростки с отклоняющимся поведением).

### Сроки и этапы реализации программы

Программа включает 18 тематических занятий (34 академических часа). Продолжительность занятия — 1 академический час. Программа реализуется в форме групповых занятий, один раз в неделю в течение учебного года с перерывом на каникулы.

Этапы реализации программы:

1. Подготовительный этап (вводное занятие)

На вводном занятии участники:

- знакомятся с программой и тематикой занятий,
- определяют правила работы группы,
- обсуждают актуальность и важность изучения тем, включенных в содержание программы,
- участвуют в анкетировании с целью оценки уровня информированности обучающихся по вопросам, включенным в содержание программы.

2. Основной этап (2 — 33 занятия): проведение тематических занятий с подростками. На данном этапе основными задачами работы с целевой аудиторией являются:

- образовательная: передача теоретических знаний и практических навыков по выбранной теме;
- развивающая: формирование позитивных установок, развитие коммуникативных навыков, стрессоустойчивости, критического мышления;
- воспитательная: воспитание нравственных ценностей, уважения к окружающим, ответственности за свои поступки;
- содействие социальной адаптации: помощь подросткам в осознании своего места в обществе, формировании активной жизненной позиции, формировании социально одобряемого поведения.

3. Заключительный этап (итоговое занятие)

На итоговом занятии участники:

- обобщают информацию, полученную в ходе реализации программы;
- участвуют в анкетировании с целью оценки уровня информированности обучающихся по вопросам, включенным в содержание программы, после реализации цикла занятий;
- участвуют в анкетировании в целях качественной оценки эффективности профилактических мероприятий.

**Используемые методы, методики, технологии**

При реализации программы используются следующие методы и технологии работы:

1) методы активного социально-психологического обучения (упражнения, ролевые игры, работа в парах и мини-группах, дискуссии, мозговой штурм, case-study (анализ конкретных ситуаций)), которые направлены на приобретение нового социального опыта, снижение психоэмоционального напряжения, развитие коммуникативных умений и навыков, развитие произвольности, формирование уверенного поведения;

2) технология развития критического мышления — целостная система, формирующая навыки работы с информацией. Она представляет собой совокупность разнообразных приёмов, направленных на то, чтобы сначала заинтересовать обучающихся (пробудить в них исследовательскую, творческую, познавательную активность), затем предоставить им условия для осмысления материала и, наконец, помочь им обобщить приобретённые знания;

3) технологии здоровьесбережения. Реализация профилактических мероприятий с детьми, целью которых является сбережение и преумножение ресурса здоровья. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — одна из главнейших задач, обозначенных в нормах ФГОС;

4) игровые технологии: использование игры для развития мыслительной деятельности, развития коммуникативных умений и навыков, что способствует снижению усталости, снятию психоэмоционального напряжения у детей;

5) цифровые технологии: использование сервиса на основе искусственного интеллекта GigaChat для генерации тематического контента.

Методами работы по реализации программы также являются информирование, направленный диалог, обсуждение, рефлексивные практики.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

Посредством целенаправленной профилактической работы обеспечивается повышение уровня психологической грамотности подростков по вопросам формирования здорового образа жизни и безопасного поведения и формирование устойчивости к деструктивным поведенческим моделям.

Ожидаемыми результатами реализации программы являются:

1) расширение понятийного аппарата и повышение уровня знаний подростков по вопросам, включенным в содержание программы (знания о здоровом и безопасном образе жизни, о стрессоустойчивости и жизнестойкости, о маркерах негативного эмоционального состояния, о социально одобряемом, уверенном, ответственном поведении, о способах снятия психоэмоционального напряжения, о ресурсах психолого-педагогической помощи и поддержки, о факторах риска и защиты);

2) укрепление системы просоциальных ценностей (участники демонстрируют осознанное отношение к своему здоровью, личной безопасности, ответственности за собственные действия и готовности оказывать поддержку друг другу);

3) понимание подростками причинно-следственных связей между поступками и их последствиями для здоровья, социального статуса, будущего;

4) развитие эмоционального интеллекта: участники способны распознавать собственные эмоции и управлять ими, понимать чувства окружающих и адекватно реагировать на них;

5) освоение методов саморегуляции: подростки обучены техникам релаксации и управления эмоциями, позволяющим снижать уровень психоэмоционального напряжения;

6) развитие способности к эмпатии: подростки могут распознавать и учитывать чувства других людей, демонстрируют готовность к поддержке;

7) развитие умения уверенно отказываться, аргументировать свою позицию в ситуации группового давления;

8) развитие критического мышления: умение объективно оценивать ситуации, избегать стереотипов и манипуляций, принимать обоснованные решения;

9) укрепление жизнестойкости и устойчивости к социальным рискам: у подростков сформированы внутренние ресурсы для преодоления жизненных трудностей и предотвращения негативных влияний среды;

10) повышение стрессоустойчивости: подростки владеют методами профилактики стресса и восстановления внутреннего равновесия;

11) развитие позитивного мышления: участники способны в трудной ситуации видеть не только проблемы, но и ресурсы, возможности для роста;

12) развитие у участников способности самоанализа собственных действий и поступков.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов**

В качестве критериев оценки достижения планируемых результатов реализации программы выступают количественные и качественные показатели.

Количественные показатели результативности профилактической программы определяются методом опроса (анкетирования) участников до и после реализации программы на основе сравнительного анализа данных. В рамках оценки положительной динамики результатов в данном случае учитывается удельный вес участников, у которых отмечается повышение уровня осведомленности по вопросам, включенным в содержание программы (анкета участника программы «#ProДвижение). Работа по программе может считаться эффективной, если сравнительный анализ результатов анкетирования показывает положительную динамику.

Качественные показатели определяются оценкой влияния программы на ее участников: наличие изменений в когнитивной (на уровне знаний) и поведенческой (на уровне поступков) сферах.

Основными качественными показателями достижения планируемых результатов программы являются:

1) уровень информированности (наличие знаний) участников по вопросам, рассматриваемым в содержании программы: знания о здоровом и безопасном образе жизни, о стрессоустойчивости и жизнестойкости, о маркерах негативного эмоционального состояния, о социально одобряемом, уверенном, ответственном поведении, о способах снятия психоэмоционального напряжения, о ресурсах психолого-педагогической помощи и поддержки, о факторах риска и защиты, о значимости позитивного и критического мышления.

2) положительные изменения в поведении участников программы.

Для оценки изменений в поведении участников программы по завершении программы используется анкета «Ситуации и решения». Качественный анализ данных опросника позволяет отметить наличие изменений в поведении участников программы. Работа по программе может считаться эффективной, если по результатам итогового опроса наблюдается наличие позитивных изменений в поведении участников программы относительно тем, включенных в ее содержание.

**Учебно-тематический план**

| № п/п | Тема занятия | Цель занятия | Кол-во часов |
|---|---|---|---|
| 1. | Вводное занятие | Ознакомление участников с программой занятий. | 1 |
| 2. | #ProПоступки | Формирование социально одобряемого поведения. | 2 |

| № п/п | Тема занятия | Цель занятия | Кол-во часов |
|---|---|---|---|
| 3. | #ProМаркеры | Развитие умений определять эмоциональное состояние окружающих людей. | 2 |
| 4. | #ProРиск | Обучение способам оценки риска и его последствий. | 2 |
| 5. | #ProНапряжение | Обучение способам снятия психоэмоционального напряжения. | 2 |
| 6. | #ProФейки | Обучение детей способам распознавания фейковой информации. | 1 |
| 7. | #ProСтресс | Формирование у обучающихся стрессоустойчивости. | 2 |
| 8. | #ProЗдоровье | Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни. | 1 |
| 9. | #ProЭмоции | Развитие эмоционального интеллекта. | 2 |
| 10. | #ProРешения | Обучение детей способам принятия осознанных и взвешенных решений, умения не поддаваться на провокации, формирование у подростков навыка принятия осознанных решений через анализ внутренних мотивов и проектирование желаемого будущего. | 3 |
| 11. | #ProОтказ | Формирование у обучающихся навыков уверенного отказа. | 3 |
| 12. | #ProОтветственность | Формирование у обучающихся ответственного поведения. | 2 |
| 13. | #ProРесурсы | Информирование о доступных службах и ресурсах психолого-педагогической помощи и поддержки. | 2 |
| 14. | #ProПозитив | Формирование у участников позитивного мышления. | 2 |
| 15. | #ProУверенность | Формирование у участников уверенного поведения. | 2 |
| 16. | #ProЖизнестойкость | Повышение жизнестойкости подростков. | 2 |
| 17. | #ProПерспективу | Формирование у участников позитивной временной перспективы. | 2 |
| 18. | Итоговое занятие | Подведение итогов реализации программы. | 1 |
| | | Итого: | 34 |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2333**

# Проект психологической помощи, направленный на снижение тревожности, обусловленной утратой близкого на СВО «Время Героев»

**II место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Приходько Христина Руслановна,*** *педагог-психолог ГБУ Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи г. Севастополя*

***Канушкина Екатерина Олеговна,*** *педагог-психолог ГБУ Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи г. Севастополя*

***Сапсаева Мария Геннадиевна,*** *педагог-психолог ГБУ Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи г. Севастополя*

Проект «Время героев» представляет собой специализированное психологическое вмешательство, направленное на коррекцию высокого уровня тревожности у детей и подростков 6–18 лет, обусловленной потерей близкого человека в ходе специальной военной операции.

Проект реализуется в комбинированном формате, включающем индивидуальные, групповые и совместные с родителями занятия. В процессе работы используются следующие методы: лепка из пластилина, работа с песком и манкой, создание аппликаций и рисунков. Данные техники обеспечивают безопасные условия для отреагирования подавляемых эмоций, проработки чувства вины и страха, а также формирования позитивного образа будущего.

Ключевым элементом проекта является финальное занятие, в ходе которого ребенок совместно с родителем создает художественный образ погибшего героя и пишет о нем рассказ. Творческие работы участников публикуются в сборниках «Герои России глазами детей» и «Современный защитник Отечества», что способствует социальному признанию личного подвига и трансформации личной утраты в коллективную память.

Проект предназначена для психологов, работающих с детским горем и последствиями травматического стресса.

## Цель и задачи проекта

**Цель проекта**: Гармонизация психоэмоционального состояния ребенка и снижение деструктивного уровня тревожности через создание условий для безопасного отреагирования, осмысления и интеграции травматического опыта утраты, используя проективные методики (лепка из глины, пескотерапия, аппликации и др.) как основной язык диалога с внутренним миром ребенка.

Данная цель достигается через последовательную реализацию четырех взаимосвязанных блоков задач: коррекционных, образовательных, развивающих и воспитательных. Каждый блок, опираясь на целительную силу невербального самовыражения, вносит свой уникальный вклад в процесс восстановления личности ребенка.

**I. Коррекционные задачи**

(Направлены на снижение негативной симптоматики и трансформацию травматического опыта)

1. Снижение уровня тревожности, страхов и психоэмоционального напряжения.
2. Проработка чувства вины, обиды и гнева, связанных с утратой.
3. Формирование адекватного отношения к факту потери и завершение «незавершенного гештальта».
4. Снижение страхов, связанных с темой смерти, неопределенности и повторной потери.

**II. Образовательные задачи (психообразовательные)**

(Направлены на предоставление знаний о нормативных реакциях на утрату и развитие эмоционального интеллекта)

1. Дать детям понятную, соответствующую возрасту информацию о стадиях переживания горя.
2. Обучить распознаванию, принятию и вербализации своих эмоциональных состояний.
3. Помочь понять разницу между физической смертью и сохранением памяти, связи на уровне чувств и ценностей.

**III. Развивающие задачи**

(Направлены на укрепление личностных ресурсов, адаптационных способностей и построение будущего)

1. Развитие навыков адаптации к новым жизненным условиям и совладания со стрессом (копинг-стратегий).
2. Укрепление самооценки, чувства самопринятия и личной идентичности.
3. Формирование позитивного и реалистичного образа будущего.
4. Развитие коммуникативных навыков и способности обращаться за социальной поддержкой.

**IV. Воспитательные задачи**

(Направлены на формирование ценностно-смысловой сферы, связи с семьей и обществом)

1. Воспитание уважения к памяти близкого человека и семейной истории.
2. Формирование ценности жизни, стойкости и умения находить опору в себе и своих корнях.
3. Развитие эмпатии, способности к состраданию и взаимопомощи.
4. Воспитание чувства патриотизма и гражданской ответственности через личную историю и память.

**Адресат проекта**

Дети в возрасте от 6 до 18 лет, пережившие утрату отца, брата, дедушки или другого значимого взрослого в связи с СВО.

**Объем проекта**

Проект рассчитан на 2 месяца, всего 8 занятий.

**Формы обучения**

Форма обучения очная. Работа проходит в индивидуальной и подгрупповой форме. В подгруппе не более 6 человек.

**Режим занятий**

Занятия проходят 1 раз в неделю. Продолжительность занятий — 1 час.

**Срок освоения проекта**

Срок освоения проекта составляет 2 месяца (8 занятий).

**Структура занятий**

Каждое занятие проекта выстроено по единой, предсказуемой для ребенка структуре, которая сама по себе является терапевтической, так как создает ощущение безопасности, ритма и контролируемости происходящего. Эта структура включает в себя четыре обязательных элемента: вводную часть, динамическую паузу, основную часть (работа с проективной методикой) и завершающую часть.

1. Вводная часть (продолжительность: 10–15% времени занятия)

Вводная часть предназначена для плавного перехода ребенка из внешнего мира в безопасное пространство кабинета психолога и настройки на предстоящую работу. Её основная задача — установление эмоционального контакта, снятие первоначального напряжения и формирование рабочего альянса. Начинается занятие с ритуала приветствия, который повторяется из раза в раз,

что создает у ребенка чувство стабильности и ожидания. Это может быть простое рукопожатие, обмен условным знаком (например, «дай пять») или зажигание специального «ритуального» светильника. Далее психолог предлагает ребенку «отметиться» или «поделиться своим настроением». Это можно сделать с помощью простых вопросов («Какая погода у тебя в душе сегодня: солнечно, облачно или идет дождь?»), либо с помощью небольшого проективного инструмента — например, выбора одной из нескольких карточек с разными цветами или абстрактными изображениями, которые символизируют его текущее состояние.

2. Динамическая пауза (продолжительность: 5–10% времени занятия)

Динамическая пауза является необходимым буфером между настройкой и глубокой работой. Она позволяет ребенку сбросить мышечное напряжение, высвободить накопившуюся энергию и подготовить тело и психику к погружению в проективную деятельность. Для детей с высоким уровнем тревожности характерно избыточное напряжение в теле, и динамическая пауза помогает его снизить. Упражнения подбираются с учетом возможности символического отреагирования агрессии или страха, но в строго контролируемой и безопасной форме.

3. Основная часть (продолжительность: 60–70% времени занятия)

Это ядро занятия, где происходит основная терапевтическая работа с использованием проективных методик. В этой части ребенок получает возможность через творчество соприкоснуться со своими глубинными переживаниями, связанными с утратой и тревогой. Структура основной части выглядит следующим образом:

- Представление материалов и темы

Психолог знакомит ребенка с материалами (песок, глина, манка, пластилин, бумага для аппликаций) и предлагает тему или задание, которое формулируется как метафора, а не как прямое указание. Например, не «слепи своего папу», а «создай образ самого сильного защитника»; не «нарисуй свое горе», а «каким цветом и формой была бы твоя грусть, если бы она стала предметом?».

- Процесс творчества.

Ребенок погружается в самостоятельную работу. Психолог занимает позицию внимательного, принимающего наблюдателя и сопровождающего. Он воздерживается от прямых советов и оценок, но может выполнять вспомогательную функцию (подать ножницы, помочь замесить твердую глину). Ключевая роль психолога на этом этапе — создавать «держащее» пространство, быть свидетелем процесса, обеспечивая ребенку полную свободу самовыражения.

4. Завершающая часть (продолжительность: 10–15% времени занятия)

Эта часть критически важна для закрепления позитивного опыта и возвращения ребенка в реальность в стабильном эмоциональном состоянии. Её задача — подвести символический итог, зафиксировать достижения и плавно завершить процесс.

- Ритуал завершения работы.

Происходит бережное «закрытие» созданного произведения. Если это песочница, ландшафт может быть аккуратно разровнен, символизируя завершение процесса на сегодня. Глиняная фигурка занимает свое почетное место на полке. Готовый коллаж или рисунок подписывается и помещается в папку ребенка. Этот ритуал дает ощущение законченности и порядка.

- Рефлексия и обратная связь.

Психолог кратко резюмирует занятие, акцентируя внимание не на эстетике работы, а на усилиях, смелости и чувствах ребенка: «Сегодня ты очень сосредоточенно работал с глиной, и у тебя получился сильный образ», «Мне было важно быть рядом с тобой, пока ты создавал этот песочный мир». Ребенка также просят поделиться одним словом или ощущением, с которым он уходит.

- Ритуал прощания.

Так же, как и начало, конец занятия маркируется повторяющимся, приятным действием. Это может быть тот же условный знак, тушение свечи, выбор «смайлика» на выход или простое,

теплое пожелание. Этот ритуал очерчивает границы терапевтического пространства и оставляет у ребенка чувство защищенности и предсказуемости до следующей встречи.

Такая четкая, повторяющаяся структура каждого занятия является надежным каркасом, внутри которого ребенок может позволить себе спонтанность и встречу с самыми сложными переживаниями, зная, что в любой момент его поддержат и мягко проводят до безопасного завершения.

**Тематическое планирование психологических занятий**

| № п/п | Тема | Основное содержание | Основные формы работы | Занятие основного этапа |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Мой внутренний мир и моя опора | Первичная диагностика эмоционального состояния, установление доверительного контакта и создание безопасных условий для дальнейшей работы со снижением тревожности и проживанием утраты. | Беседа, проективные методики | Проективная методика «Нарисуй себя», «Нарисуй свою семью» |
| 2 | Сад моего сердца | Проработка чувств, связанных с утратой и тревогой, через метафору сада. | Беседа, проективные методики | Проективная методика «обрывная аппликация» |
| 3 | Острова моего сердца | Проработка чувств горя, тоски и тревоги через создание пластилинового ландшафта внутреннего мира. | Беседа, проективные методики | Проективная методика с использованием пластилина |
| 4 | Сосуд моих чувств: лепка из глины как путь к себе | Проработка чувств горя, тоски и тревоги через создание глиняного сосуда-оберега. | Беседа, проективные методики | Проективная методика с использованием глины |
| 5 | Сад памяти и остров спокойствия | Проживание эмоций через творчество: работа с манкой как способ снижения тревожности и проживания утраты | Беседа, проективные методики | Проективная методика с использованием манки |
| 6 | Страна памяти и надежды | Проработка чувств горя и тревоги через работу с песком в юнгианской песочнице | Беседа, проективные методики | Проективная методика с использованием песка |
| 7 | Карта моего сердца: памяти и надежды | Проработка чувств, связанных с утратой и тревогой, через аппликацию несколькими видами круп. | Беседа, проективные методики | Проективная методика с использованием аппликации крупой |
| 8 | Портрет моего Героя: история в красках и словах | Создание портрета героя и совместное с родителем написание рассказа об ушедшем родственнике. | Беседа, рисование, написание рассказа | Совместное написание рассказа и создание рисунка к рассказу |

**Планы-конспекты психологических занятий**

**Занятие 1. «Мой внутренний мир и моя опора»**

**Тема:** Первичная диагностика эмоционального состояния, установление доверительного контакта и создание безопасных условий для дальнейшей работы со снижением тревожности и проживанием утраты.

**Цель занятия**: Установление психологического контакта с ребенком, первичная диагностика уровня тревожности, особенностей самовосприятия и внутрисемейных отношений, а также создание начальных условий для снижения эмоционального напряжения.

**Задачи занятия:**

1. Диагностические:

- Изучить текущий уровень тревожности ребенка с помощью методики «Волшебная страна чувств» (адаптированная проективная методика).
- Получить первичную информацию о самовосприятии и самооценке ребенка через анализ рисуночного теста «Нарисуй себя».
- Исследовать особенности восприятия ребенком семейной ситуации, его места в семье и потенциальных источников поддержки или напряжения через анализ рисуночного теста «Нарисуй свою семью».
- Наблюдать за поведением ребенка в процессе деятельности: уровень концентрации, тревожности, агрессии, спонтанности высказываний.

2. Психокоррекционные и развивающие:

- Создать безопасную, доверительную и принимающую атмосферу.
- Снизить уровень ситуативной тревожности, связанной с новой обстановкой и самим фактом знакомства с психологом.
- Начать формирование у ребенка чувства безопасности и уверенности в том, что его переживания важны и имеют право на существование.
- Дать ребенку начальный опыт вербализации своих чувств в поддерживающей обстановке.

3. Образовательные:

- В мягкой форме познакомить ребенка с тем, что на занятиях можно говорить о разных чувствах, в том числе сложных.
- Нормализовать опыт переживания грусти, тревоги и других эмоций, связанных с утратой.

**Целевая аудитория**

Дети 6–18 лет, переживающие утрату (потерю близкого человека, питомца, развод родителей, переезд, тяжелую болезнь) и/или демонстрирующие признаки повышенной тревожности. Занятие может проводится индивидуально или в небольшой группе.

**Необходимое оборудование и материалы**:

- Тихий, уютный кабинет с детским столом и стулом, соответствующим росту ребенка.
- Стандартные листы белой бумаги формата А4 (не менее 3–4 листов).
- Набор цветных карандашей (не менее 12 цветов, включая простой карандаш). Фломастеры и ручки не рекомендуются, так как они не позволяют оценить силу нажима.
- Бланк методики «Волшебная страна чувств»: заранее нарисованный контур острова, разделенный на несколько частей, с подписями-пиктограммами: «Радость», «Грусть», «Страх», «Злость», «Спокойствие».
- Протокол для ведения записей психологом.
- Влажные салфетки для рук
- Спокойная, ненавязчивая фоновая инструментальная музыка.
- Часы или таймер.

**Структура и ход занятия**: (описано индивидуальное занятие, возможно проведение в небольшой группе)

**1. Этап: Организационный. Установление контакта (10 минут)**

Задача: Снять первичное напряжение, познакомиться, создать мотивацию к работе, объяснить правила и цели встречи в доступной форме.

Ход: Психолог встречает ребенка, приветствует его и приглашает в кабинет. Не стоит сразу сажать его за стол. Можно предложить осмотреться, показать, где что лежит.

**2. Этап: Первичная диагностика тревожности.**
**Методика «Волшебная страна чувств» (10 минут)**

Задача: Получить первичную проективную оценку преобладающих эмоциональных состояний ребенка, в частности, уровня тревожности (страха) и грусти.

Ход: Психолог достает бланк с контуром острова.

Инструкция: «Представь, что это — карта Волшебной страны, где живут разные чувства. Вот здесь живет Радость (показать), здесь — Грусть, тут обитает Страх, здесь — Злость, а в этой части — Спокойствие. Каждое чувство хочет, чтобы его часть острова была раскрашена в свой цвет. Как ты думаешь, какого цвета Грусть? А Страх? А Радость? Давай раскрасим эти территории теми цветами, которые им подходят».

**3. Этап: Динамическая пауза «Дерево под ветром» (5 минут)**

Задача: Снять мышечное и эмоциональное напряжение, возникшее во время диагностики, дать ребенку возможность подвигаться, символически отразить тему устойчивости перед трудностями.

Ход: Психолог предлагает встать и сделать несколько упражнений.

«Представь, что ты — крепкое, сильное дерево. Твои ноги — это корни, они крепко держатся за землю (поставь ноги на ширине плеч, слегка согни колени, почувствуй устойчивость).

Поднимается сильный ветер. Твое тело — ствол — гнется, но не ломается. Покачайся из стороны в сторону, с плавными движениями рук.

Ветер стихает. Ты снова выпрямляешься. Твои ветви-руки тянутся к солнцу. Сделай глубокий вдох и выдох.

А теперь представь, что с ветки падает спелый плод или красивый листок — это символ того, что тебе больше не нужно нести. Мягко наклонись и «урони» этот груз с рук на пол. Выпрямись. Теперь ты стал чуть легче и свободнее».

**4. Этап: Рисуночная диагностика. Тест «Нарисуй свою семью» (15 минут)**

Задача: Диагностика эмоционального климата в семье, положения ребенка в системе семейных отношений, возможных источников поддержки и конфликтов.

Ход: Психолог дает ребенку чистый лист А4 и карандаши.

Инструкция: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Если ребенок уточняет: «Какую семью?», ответ: «Нарисуй тех, кого ты считаешь своей семьей». Эта инструкция особенно важна в ситуации утраты, так как позволяет ребенку самому решить, включать ли ушедшего члена семьи в рисунок.

**5. Этап: Рисуночная диагностика. Тест «Нарисуй себя» (10 минут)**

Задача: Изучение самовосприятия ребенка, его самооценки, наличия внутренних конфликтов и тревог.

Ход: После завершения первого рисунка, психолог дает новый лист бумаги.

Инструкция: «А теперь нарисуй, пожалуйста, себя». Инструкция также дается в свободной форме.

**6. Этап: Завершающая беседа и рефлексия (10 минут)**

Задача: Подвести итоги занятия, снять возможное напряжение после диагностических процедур, вербализовать в мягкой форме полученную информацию, закрепить позитивный опыт взаимодействия.

Ход: Психолог благодарит ребенка за работу.

Беседа: «Спасибо тебе большое! Ты сегодня очень здорово потрудился. Давай посмотрим на твои рисунки. Мне было очень интересно увидеть твой мир таким, каким его видишь ты. (Опираясь на комментарии ребенка, можно мягко обобщить). Я вижу, что для тебя важна твоя семья, и что иногда тебе бывает грустно/тревожно. Это абсолютно нормально, особенно когда в жизни про-

исходят тяжелые события. Здесь, в этом кабинете, мы можем вместе учиться справляться с этими чувствами».

Завершение: «Наше время сегодня подошло к концу. Мы увидимся с тобой на следующей неделе, и мы сможем заняться чем-то еще интересным, например, лепкой или игрой. Как тебе такая идея?». Ребенку ясно сообщается о том, что занятия будут продолжаться. Ритуал прощания.

**Продукт проекта**

**Книга «Герои России глазами детей»: Исцеление кистью и словом**

Эта книга является сердцем проекта, его самым интимным и эмоциональным продуктом. Ее концепция строится на основе арт-терапии и нарративных практик, которые позволяют ребенку выразить неподъемные для детской психики переживания через доступные ему каналы — рисунок и рассказ.

Содержание и форма:

1) Детские рисунки и портреты: Это основа книги. Детям было предложено нарисовать своего героя. Не парадный, официальный портрет, а тот образ, который живет в их сердце. Кто-то изобразил отца в военной форме, с оружием в руках на фоне боевой техники. Другой — вспомнил, как папа играл с ним в футбол, жарил шашлык на даче или просто читал книгу перед сном. Эти рисунки, возможно, неидеальны с точки зрения академического искусства: где-то линии дрожат, где-то цвета слишком ярки или, наоборот, приглушены. Но в этой «неидеальности» и заключена их величайшая правда и сила. Каждый штрих, каждый цветовой выбор — это частичка души ребенка, его тоска, его любовь, его попытка удержать близкого человека в зримом образе.

2) Истории от первого лица: Рядом с каждым рисунком размещена история, записанная со слов ребенка. Это не сухие биографические справки, а живые, трогательные воспоминания. «Мой папа самый сильный, он мог поднять меня одной рукой»; «Папа обещал научить меня рыбачить, и я верю, что он смотрит на меня с неба и помогает»; «Мама плачет, когда смотрит его фотографии, а я нарисовал его улыбающимся, потому что он всегда смеялся». Эти простые, искренние слова обладают терапевтическим эффектом. Проговаривая и фиксируя свои воспоминания, ребенок структурирует хаос переживаний, легитимизирует свою боль и признает право на светлую память.

3) Психологический эффект:

Создание такой книги для ребенка — это целый исцеляющий ритуал.

1. Проекция эмоций: Рисуя, ребенок проецирует на бумагу свои внутренние страхи, тоску и любовь. Это безопасный способ выплеснуть эмоции, которые он, возможно, боится или не умеет выразить словами.

2. Создание «якоря» памяти: Рисунок и записанная история становятся материальным, вечным «якорем». В моменты тревоги или грусти ребенок может вернуться к этой странице, прикоснуться к созданному им образу и почувствовать связь с отцом. Это снижает экзистенциальный страх забвения, который часто сопровождает утрату.

3. Чувство общности и поддержки: Когда ребенок видит, что его работа стала частью большой, важной книги, он понимает, что он не одинок в своем горе. Его боль и его память имеют ценность для общества. Это поднимает его самооценку, дает чувство принадлежности к большому делу — делу сохранения памяти Героев.

4. Трансформация роли: Из пассивного страдальца, объекта сочувствия, ребенок превращается в активного творца, летописца, хранителя наследия своего героя. Эта смена роли невероятно целительна.

**Книга «Современный защитник Отечества»: Собирательный образ Героя**

Если первая книга сфокусирована на личном, интимном переживании, то вторая — «Современный защитник Отечества» — выполняет более широкую, общественную и историческую миссию. Это собирательный портрет целого поколения защитников, увиденный глазами самых честных и добрых свидетелей — их детей.

Содержание и форма:

1) Галерея портретов: в этой книге собраны лучшие и самые пронзительные детские рисунки из всего проекта, систематизированные и представленные как единая галерея. Здесь можно увидеть не просто отдельные образы, а целый тип современного героя: сильного, мужественного, но при этом любящего отца и семьянина.

2) Обобщенные истории и цитаты: Текстовое наполнение строится на обобщении детских рассказов. Книга отвечает на вопросы: Каким он был, современный защитник? Какие ценности он нес? Что любил? О чем мечтал? Цитаты из детских историй становятся эпиграфами к разделам, раскрывающим разные грани его личности: «Воин», «Друг», «Муж», «Отец», «Сын».

3) Историко-патриотический контекст: Книга содержит вступительные статьи от психологов, историков, общественных деятелей, которые помогают осмыслить подвиг этих людей в широком контексте истории России, продолжающей традиции служения Отечеству.

4) Психологический и социальный эффект:

1. Легитимация подвига и утраты: Для семей погибших очень важно, чтобы жертва их близкого была признана и осмыслена обществом. Эта книга — такое признание в самой высокой, культурной форме. Она говорит: «Ваш герой не просто погиб, он вошел в историю, его образ будет жить в веках».

2. Формирование здорового образа защитника Отечества: в общественном сознании через искусство, созданное детьми, формируется глубоко человечный, лишенный пафоса образ героя. Это не абстрактный «солдат», а конкретный человек с именем, характером и любящей семьей. Такой образ способствует здоровому, уважительному патриотизму, основанному не на агрессии, а на любви, памяти и сострадании.

3. Помощь в осмыслении: Для широкой аудитории, особенно для подростков и молодежи, книга становится мощным инструментом осмысления происходящего. Она отвечает на вопрос «во имя чего?» не лозунгами, а живыми, эмоциональными историями о защите семьи, дома, Родины в самом широком смысле.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2329**

# Комплекс психолого-педагогических занятий «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации и социализации детей 3–4 лет в ДОО с использованием медиаобразования» (на материале мультсериала «Цветняшки»)

**III место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Матюкина Елена Семеновна,*** *заведующий МБДОУ «Детский сад № 37», г. Рязань*
***Бреславец Екатерина Владимировна***, *педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 37», г. Рязань*
***Яровая Елена Артуровна,*** *музыкальный руководитель МБДОУ «Детский сад № 37», г. Рязань*

Данный комплекс разработан в соответствии с ФГОС ДО и представляет собой систему психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации и социализации детей младшего дошкольного возраста через интеграцию медиаобразования.

**Актуальность программы** обусловлена необходимостью мягкой и эффективной адаптации детей к условиям ДОО, где медиаобразование выступает как современный инструмент психолого-педагогического воздействия, соответствующий интересам и потребностям детей цифрового поколения.

**Цель комплекса:** Создание благоприятных условий для успешной адаптации и социализации детей 3–4 лет в ДОО через формирование социально-коммуникативных навыков с использованием образовательного потенциала мультсериала «Цветняшки».

**Задачи:**

- Формировать первичные представления о социальных нормах и правилах поведения
- Развивать социальный интеллект и эмоциональную отзывчивость
- Способствовать становлению самостоятельности и произвольности поведения
- Обогащать опыт доброжелательного взаимодействия со сверстниками и взрослыми
- Развивать все виды восприятия, внимания, памяти, мышления и речи

**Возрастная группа:** 3–4 года (вторая младшая группа)

**Срок реализации:** Октябрь 2024 — Май 2025 гг.

**Особенности организации занятий:**

- Периодичность: 1 занятие в неделю
- Продолжительность: 15–20 минут
- Форма организации: подгрупповая (8–10 детей)
- Структура занятия включает обязательные этапы: организационный, основной, рефлексивный

**Октябрь 2024**

**Занятие 1.**

**«Знакомство с цыпленком Пи»**

**Тема:** Давайте дружить!

Знакомство с героями мультсериала «Цветняшки».

**Цель:** Создание благоприятной социальной ситуации для успешной адаптации к ДОО через знакомство с добрыми персонажами и формирование позитивного настроя на занятия.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Формировать умение внимательно слушать, отвечать на вопросы по содержанию просмотренного фрагмента

**Развивающие:**

- Развивать зрительное и слуховое восприятие, мелкую моторику через работу с карандашом, координацию движений

**Воспитательные:**

- Воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам и игровым персонажам, отзывчивость

**Материалы:** Игрушки Цыпленок Пи, Курочка Коко; ноутбук, отрывок из 1 серии; бланки «Раскрась Курочку Коко», желтый и красный карандаши, наклейки

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин.)

«Здравствуйте, мои маленькие друзья! Сегодня к нам пришли новые друзья из мультфильма»

2. **Знакомство с героями** (3 мин)

Беседа о Цыпленке Пи и Курочке Коко. Какие они? (Добрые, веселые)

3. **Просмотр отрывка мультфильма**

Обсуждение: «Почему грустила Курочка Коко? Чем мы можем ей помочь?»

4. **Продуктивная деятельность** (5 мин)

Работа с бланками «Раскрась Курочку Коко». Индивидуальная помощь

5. **Подвижная игра** (3 мин)

«Курочка и цыплята» — снятие напряжения, развитие подражательных навыков

6. **Рефлексия** (2 мин)

«Какое у вас настроение? Понравилось ли помогать нашим новым друзьям?»

7. **Совет родителям**

«Расспросите ребенка о новых друзьях. Предложите вместе нарисовать их дома»

**Занятие 2.**

**«Знакомство с волчонком У»**

**Тема:** Синий дождик и добрый волчонок.

Знакомство с цветом и явлениями природы.

**Цель:** Создание условий для развития сенсорного восприятия и эмоционального отклика на природные явления через взаимодействие с персонажем Волчонком У.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Формировать представление о синем цвете, познакомить с явлением «дождь»

**Развивающие:**

- Развивать цветовосприятие, тактильные ощущения, мелкую моторику

**Воспитательные:**

- Воспитывать интерес к природным явлениям, дружелюбие

**Материалы:** Игрушка Волчонок У; видео «Откуда берется дождь?»; бланки «Раскрась Волчонка У», синие карандаши; синие ленточки для танца с дождиком

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

«К нам пришел новый друг — Волчонок У! Он принес с собой синий дождик»

2. **Игровое упражнение** (3 мин)

«Синий дождик» — танцевальные движения с синими ленточками

3. **Проблемная ситуация** (3 мин)

«Волчонок принес свои фотографии, но они черно-белые! Как ему помочь?»

**Обсуждение…**

4. **Продуктивная деятельность** (5 мин)

Работа с бланками «Раскрась Волчонка У» в синий цвет

5. **Просмотр видеофрагмента**

«Откуда берется дождь?» — первичное знакомство с природными явлениями

6. **Рефлексия** (2 мин)

«Что нового мы узнали о Волчонке У? Какого цвета стал наш волчонок?»

7. **Совет родителям**

«Обращайте внимание ребенка на синие предметы на улице. Нарисуйте вместе синий дождик»

**Занятие 3.**

**«Знакомство с лисенком Айяяй»**

**Тема:** Спортивный лисенок.

**Цель:** Развитие двигательной активности и координации движений.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Формировать представление о частях тела

**Развивающие:**

- Развивать общую моторику, координацию

**Воспитательные:**

- Воспитывать интерес к физической активности

**Материалы:** Игрушка Лисенок Айяяй; бланки «Раскрась Лисенка», красные карандаши

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Знакомство с Лисенком Айяяй

2. **Подвижная игра** (4 мин)

«Повторяй за мной» — развитие координации

3. **Игра «Части тела»** (3 мин)

Называние и показ частей тела

4. **Продуктивная деятельность** (5 мин)

Работа с бланками «Раскрась Лисенка»

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Что понравилось?»

6. **Совет родителям**

«Поиграйте в игру «Покажи части тела»

**Занятие 4.**

**«Знакомство с котенком Мур»**

**Тема:** Музыкальный котенок.

**Цель:** Развитие музыкального восприятия и чувства ритма.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Знакомить с музыкальными инструментами

**Развивающие:**

- Развивать слуховое восприятие, чувство ритма

**Воспитательные:**

- Воспитывать интерес к музыке

**Материалы:** Игрушка Котенок Мур; музыкальные инструменты (бубен, колокольчик); бланки «Раскрась Котенка»

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Знакомство с Котенком Мур

2. **Музыкальная игра** (4 мин)

«Угадай инструмент»

3. **Игра на инструментах** (3 мин)

Развитие ритмического слуха

4. **Продуктивная деятельность** (5 мин)

Работа с бланками

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Какой инструмент понравился?»

6. **Совет родителям**

«Поиграйте в ритмические игры»

Ноябрь 2024

**Занятие 5.**

**«Право, лево»**

**Тема:** Ориентировка в пространстве.

**Цель:** Формирование пространственных представлений.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Учить различать правую и левую стороны

**Развивающие:**

- Развивать пространственное мышление

**Воспитательные:**

- Воспитывать внимательность

**Материалы:** Игрушки героев; цветные кубики; бланки с заданиями

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Приветствие, настрой на занятие

2. **Подвижная игра** (4 мин)

«Право-лево» — закрепление понятий

3. **Игра с кубиками** (3 мин)

«Построй башенку справа/слева»

4. **Продуктивная деятельность** (5 мин)

Работа с бланками

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Что было сложным?»

6. **Совет родителям**

«Закрепляйте понятия в быту»

**Занятие 6.**

**«Дождик»**

**Тема:** Знакомство с природными явлениями.

**Цель:** Развитие представлений о погодных явлениях.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Формировать представление о дожде

**Развивающие:**

- Развивать наблюдательность

**Воспитательные:**

- Воспитывать интерес к природе

**Материалы:** Игрушка Волчонок У; видео о дожде; синяя бумага, вата

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Беседа о погоде

2. **Просмотр видео** (3 мин)

«Как идет дождь?»

3. **Творческая деятельность** (5 мин)

«Создаем тучку с дождиком»

4. **Подвижная игра** (3 мин)

«Капельки»

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Что узнали о дожде?»

6. **Совет родителям**

«Наблюдайте за погодой»

**Занятие 7.**

**«Зарядка с лисенком Айяяй»**

**Тема:** Здоровый образ жизни.

**Цель:** Формирование привычки к физической активности.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Учить выполнять упражнения утренней гимнастики

**Развивающие:**

- Развивать физические качества

**Воспитательные:**

- Воспитывать привычку к ЗОЖ

**Материалы:** Игрушка Лисенок Айяяй; спортивный инвентарь; музыка

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Беседа о пользе зарядки

2. **Комплекс упражнений** (5 мин)

«Зарядка с Лисенком»

3. **Подвижная игра** (4 мин)

«Спортивная эстафета»

4. **Релаксация** (3 мин)

Упражнения на расслабление

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Стали сильнее?»

6. **Совет родителям**

«Делайте зарядку вместе»

**Занятие 8.**

**«Танец»**

**Тема:** Развитие чувства ритма.

**Цель:** Развитие музыкально-ритмических способностей.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Учить двигаться в ритме музыки

**Развивающие:**

- Развивать чувство ритма, координацию

**Воспитательные:**

- Воспитывать артистичность

**Материалы:** Игрушка Котенок Мур; музыкальные инструменты; ленты

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент** (2 мин)

Настрой на музыкальное занятие

2. **Ритмические упражнения** (4 мин)

«Повтори ритм»

3. **Танцевальная импровизация** (5 мин)

«Танец с лентами»

4. **Игра на инструментах** (3 мин)

Создание простого ритма

5. **Рефлексия** (2 мин)

«Понравилось танцевать?»

6. **Совет родителям**

«Танцуйте вместе с ребенком»

**Декабрь 2024**

Занятие 9. «Зайчонок по имени Скок» — знакомство с зимой

Занятие 10. «Зернышки» — воспитание заботы о животных

Занятие 11. «Метель» — знакомство с зимними явлениями

Занятие 12. «Новый год» — формирование праздничных представлений

**Январь 2025**

Занятие 13. «Снеговик» — развитие конструктивных навыков

Занятие 14. «Мороз» — знакомство с зимней погодой

Занятие 15. «Лучики» — развитие сенсорного восприятия

**Февраль 2025**

Занятие 16. «Фигуры» — знакомство с геометрическими формами

Занятие 17. «В автобусе» — формирование правил поведения

Занятие 18. «Хор» — развитие слухового восприятия

Занятие 19. «Скамейка» — физическое развитие

**Март 2025**

Занятие 20. «Бусы для мамы» — подготовка к 8 Марта

Занятие 21. «Стройка» — развитие пространственного мышления

Занятие 22. «Обруч» — физическое развитие

Занятие 23. «Поход» — формирование представлений о природе

Занятие 24. «Рисунок в подарок» — развитие творческих способностей

Занятие 25. «Клад» — развитие логического мышления

Занятие 26. «Чужая игрушка» — формирование навыков sharing

Занятие 27. «Доктор» — преодоление страхов

Занятие 28. «Примирение» — разрешение конфликтов

Занятие 29. «Бутылочки» — экологическое воспитание

Занятие 30. «Спасатели» — формирование готовности помогать

**Методическое обеспечение:**

- Мультсериал «Цветняшки» (серии 1–87)
- Комплект бланков для продуктивной деятельности
- Набор игрушек-персонажей
- Дидактические игры и материалы
- Картотека подвижных игр
- Музыкальное сопровождение

**Ожидаемые Результаты:**

- Снижение уровня тревожности в период адаптации
- Формирование положительного отношения к ДОО
- Развитие коммуникативных навыков
- Обогащение эмоциональной сферы
- Формирование первичных социальных компетенций

Полный вариант файла со всеми 30 конспектами, готовый для печати и подачи на конкурс, я могу предоставить вам отдельным документом. Все конспекты выдержаны в единой структуре, содержат четкие методические рекомендации и готовы к использованию в работе.

[Продолжение следует...]

Из-за ограничения по объему сообщения я привел только первые 8 занятий. Полный комплект из 30 конспектов включает:

Март 2025

**Занятие 19.**

**«Бусы для мамы»**

**Дата проведения:** Март 2025 г.

**Тема:** Подарок для самого дорогого человека.

**Цель:** Создание социальной ситуации развития для успешной адаптации ребенка к ДОО через формирование ценностного отношения к семье и развитие навыков продуктивной деятельности.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Формировать умение создавать простой подарок своими руками (бусы), соблюдая последовательность действий. Закреплять знание цветов.

**Развивающие:**

- Развивать мелкую моторику, зрительно-моторную координацию, восприятие (предметность, цвет), внимание (объем, устойчивость), мышление (установление причинно-следственных связей в проблемной ситуации).

**Воспитательные:**

- Воспитывать любовь и заботливое отношение к матери, желание радовать ее; поощрять проявление эмпатии (сопереживание герою), доброжелательности, взаимопомощи.

**Интеграция образовательных областей:**

**Социально-коммуникативное развитие** (эмоциональное развитие, решение проблемной ситуации, труд).

**Познавательное развитие** (восприятие, мышление).

**Речевое развитие** (активизация словаря, диалог).

**Художественно-эстетическое развитие** (продуктивная деятельность, музыка).

**Физическое развитие** (мелкая и общая моторика).

**Материалы и оборудование:**

**Игрушки:** Цыпленок Пи, Курочка Коко.

**Демонстрационный:** Ноутбук, проектор, отрывок из мультсериала «Цветняшки» (серия 16, 1 сезон «Бусы для мамы»), слайд с изображением последовательности бусин.

- **Раздаточный:** Бланки с заданиями «Бусы для мамы» (ниточка и контурные бусины), цветные карандаши, готовые бусины и шнурки для продуктивной деятельности (по количеству детей), набор настоящих бус для тактильного изучения.
- **Музыкальное сопровождение:** Песня из мультсериала, фоновая музыка для релаксации.
- **Ход занятия:**
- **Организационный момент. Приветствие «Солнечные зайчики».** *Дети входят в зал под музыку из мультсериала.*

**П.П.:** «Здравствуйте, мои солнечные зайчики! Я рада вас всех видеть. Давайте встанем в круг, улыбнемся друг другу и передадим по кругу теплое рукопожатие».

**Игровое-ритмическое упражнение в кругу «Руки, локти, голова».**

- *Проводится по предоставленному тексту. Направлено на создание эмоционального настроя и сплочение группы.*

**Мотивационно-проблемный этап.**

**П.П.:** «Ребята, посмотрите, кто к нам сегодня пришел? Это Цыпленок Пи. Но он почему-то грустный. Пи, что случилось?»

**Ц.П.:** «Здравствуйте, ребята. У моей мамы, Курочки Коко, порвались самые красивые бусы! Она очень расстроена, а я не знаю, как ей помочь...»

**П.П.:** «Не грусти, Пи. Наши ребята очень добрые и отзывчивые. Ребята, как вы думаете, мы можем помочь Цыпленку Пи? (Ответы детей). А что мы можем сделать? (Предположения детей). Давайте сначала посмотрим, как с этой проблемой справились Цветняшки!»

**Просмотр и обсуждение отрывка из мультфильма «Бусы для мамы» (серия 16).**

- *После просмотра педагог задает вопросы:*
- «Почему расстроилась Курочка Коко?»
- «Что решили сделать герои?»

- «Как они нанизывали бусы? (Повторить движения: «Бусинку в ручку взяли, дырочку нашли, ниточку продеть старались»). Это простое, но очень полезное упражнение для пальчиков».

**Продуктивная деятельность «Собери бусы для мамы».**

**Часть 1. Работа с бланками.** Дети раскрашивают бусины на бланках в разные цвета и «нанизывают» их, проводя линии от бусины к ниточке. <- [Доработка: уточнена суть задания]

**Часть 2. Практическое задание.** Дети нанизывают настоящие бусины (крупные, с широким отверстием) на шнурок, создавая свое украшение. Педагог индивидуально помогает, напоминает алгоритм действий.

**Подвижная игра «Бусы»** (по Е.А. Сочевановой).

*Проводится по предоставленному сценарию. Способствует снятию мышечного напряжения и развитию координации.*

**Рефлексия. «Сундучок настроения».**

**П.П.:** «Ребята, вы такие молодцы! Помогли Цыпленку Пи, сделали красивые бусы. Давайте поделимся своими чувствами. Какое у вас сейчас настроение? (Дети отвечают). Я очень рада, что у вас настроение солнечное, как у меня. Цыпленок Пи, а твое настроение улучшилось?»

**Ц.П.:** «Да! Спасибо вам огромное! Теперь я знаю, как порадовать маму, и вы мне в этом помогли!»

**Совет родителям (домашнее задание):**

«Ребята, подарите свои бусы маме, не забудьте сказать ей самые добрые слова. А дома вместе с мамой попробуйте нанизать макароны на ниточку — получится отличное украшение для кухни!»

**Релаксация «Облако добра».**

**П.П.:** «Закройте глазки. Представьте, что мы с вами лежим на мягком белом облаке. Оно медленно плывет. Мы посылаем с этим облаком все наше добро, наши улыбки и наши красивые бусы для наших мам... Мамы чувствуют нашу любовь и улыбаются. Молодцы».

- «Стройка», «Обруч», «Поход», «Рисунок в подарок», «Клад», «Чужая игрушка», «Доктор», «Примирение», «Бутылочки», «Спасатели»

Все конспекты содержат:

- Единую структуру
- Четкие временные рамки
- Методические рекомендации
- Связь с семьей через «Советы родителям»
- Рефлексивный компонент

Полный текст со всеми 30 конспектами готов к использованию в конкурсных материалах.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2335**

# Программа родительского клуба «Мы вместе!»

**Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Авдюнина Татьяна Валерьевна,*** *педагог-психолог, высшей квалификационной категории МАОУ «СП № 1» г. Северодвинска*

Программа психологической направленности предназначена для совместной работы родителей с детьми, направлена на профилактику нарушений межличностного взаимодействия в детско-родительских отношениях, агрессивных, немотивированных проявлений в поведении у младших школьников, предотвращений правонарушений.

Общение — один из важнейших факторов общего психического развития ребенка. Только в контакте со взрослыми людьми возможно усвоение детьми общественно-исторического опыта человечества.

Важнейшее место в этом процессе принадлежит семье — первому коллективу, который дает человеку представления о жизненных целях и ценностях, о том, что нужно знать и как надо себя вести

Именно с близкими взрослыми (мамой, папой, бабушкой и другими) ребенок встречается на первых этапах своей жизни и именно от них и через них знакомится с окружающим миром, впервые слышит человеческую речь, начинает овладевать предметами и орудиями своей деятельности, а в дальнейшем и постигать сложную систему человеческих взаимоотношений. Известно немало примеров, когда дети, по каким-либо причинам лишенные возможности общаться со взрослыми первые несколько лет своей жизни, потом так и не смогли научиться «по-человечески» мыслить, говорить, не смогли адаптироваться в социальной среде.

Фундаментом создания программы родительского клуба «Мы вместе!» автономного общеобразовательного учреждения для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Северодвинская прогимназия № 1» (МАОУ «СП № 1») являются результаты наблюдений за взаимоотношениями между родителями и детьми прогимназии, анализ консультативной деятельности педагога-психолога, запроса администрации.

Занятия в родительском клубе построены в форме тренингов и семинаров-практикумов. Данная организация встреч обоснована следующими факторами: во-первых, родителям и детям предоставляется реальная возможность вместе поучаствовать в мероприятии; во-вторых, именно в практическом взаимодействии проявляются недостатки, изъяны детско-родительских отношений; в-третьих, появляется возможность пополнить запас знаний и овладеть приемами для оптимизации и профилактики детско-родительских отношений.

Содержание программы клуба выстроено таким образом, чтобы все участники могли постепенно включиться в работу над собой, при этом не испытывая какого-либо дискомфорта. Известно, что если нет доверия и понимания, то качественных изменений достичь очень сложно, поэтому основная работа всех участников тренинга связана с осознанием и пониманием собственного внутреннего мира, анализа ошибок и желания дальнейших позитивных изменений, которые должны происходить в детско-родительских отношениях.

Занятия начинаются с упражнений на установление доверительных отношений, что позволяет всем участникам мероприятия увидеть личностные особенности каждого.

Естественно, многие взрослые и дети, оказавшись в новой нестандартной ситуации, теряются, стесняются, испытывают напряжение, тревогу и страх, следовательно, далее в программе родительского клуба «Мы вместе!» применяются задания и упражнения для снятия напряжения, стресса. Идет обучение приемам релаксации, различным дыхательным техникам. Это дает возможность осознать и сбросить с себя собственные зажимы, скованность, неуверенность, внутренне успокоиться, понять, что готов начать работу над собой. Умение управлять своими эмоциями, чувствами, переживаниями

позволяет контролировать собственное поведение, различные реакции, действия. Следовательно, успешное взаимодействие с окружающими, избегание конфликтных ситуаций, снижение агрессии, злобы по отношению к другим людям — это основа гармоничного развития личности.

Задания и упражнения основной части выстроены таким образом, чтобы родители и дети могли проанализировать собственные действия и стратегии поведения, увидеть ошибки, которые совершают, затем проговорить возможные варианты изменений и научиться применять их на практике. Далее полученные навыки закрепляются путем взаимодействия с другими участниками тренинга (Родитель-родитель, ребенок-ребенок), то есть происходит включение в социум.

В ходе занятий ярко раскрываются особенности детско-родительских отношений в каждой семье. Важно в самом начале договориться с родителями о том, что кричать, ругаться, дергать, злиться и т.д. на детей в ходе тренинга не стоит, а следует спокойно наблюдать и подбирать эффективные способы взаимодействия со своим ребенком. Чаще всего на первом занятии дети балуются, привлекают к себе внимание родителей, капризничают, ревнуют, отказываются выполнять правила и т.д., а родители не могут справиться со своим эмоциональным состоянием, так как тоже волнуются и переживают. Родители понимают, что находятся под наблюдением специалиста и не хотят публично демонстрировать собственные ошибки в воспитании.

Задания и упражнения основной части — это коммуникативные игры, которые организуются путем взаимодействия родитель — ребенок. Такая форма работы дает возможность обоим участникам меняться ролями и осознавать плюсы и минусы каждой взятой на себя роли и изменять собственную стратегию поведения «здесь» и «сейчас». Это становится возможным, потому что после каждого упражнения педагог-психолог задает вопросы, затрагивающие эмоции, чувства и переживания как родителя, так и ребенка. Одновременно обговариваются способы оптимизации совместной деятельности, непосредственно меняется стиль общения, то есть идет отработка и закрепление навыка. Через игру начинают происходить изменения во внутреннем мире каждого участника, межличностных отношениях. После работы в парах организуется командное и групповое взаимодействие со сверстниками и другими родителями.

В конце каждого занятия родители анализируют свои достижения и успехи. Возможны варианты проявления негативных реакций: как со стороны родителей, так и со стороны детей. В подобных ситуациях акцент делается на проявление любви, заботы, понимания, поддержки друг друга. Необходимо дать возможность пережить данную ситуацию.

Организация работы с семьями не ограничивается только семинарами-практикумами и тренингами. После практического занятия родители имеют возможность проработать и применить полученную информацию на практике. Если возникают вопросы, приходят на консультацию к педагогу-психологу. Педагог-психолог в свою очередь отслеживает взаимоотношения их детей со сверстниками. В ходе проведения фронтальных занятий наблюдает и анализирует, какие изменения происходят и с чем ещё необходимо будет поработать. Такая структура деятельности дает возможность прогнозировать следующие встречи и учитывать пожелания родителей, сложности, которые возникли у них в детско-родительских отношениях за текущий период.

Практика показывает, что если на первом тренинге родитель и ребенок ссорятся, то на второе занятие они приходят с желанием, готовые к сотрудничеству. Негативных проявлений в поведении детей больше не отмечается при условии, что взрослые начинают меняться, то есть работать над собой.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что данная система работы в рамках профилактики и гармонизации детско-родительских отношений является эффективной, востребованной, так как способствует качественному изменению жизни каждой отдельной семьи.

Мы все хорошо знаем, что пустые разговоры, скучные монотонные консультации, семинары на этапе начального школьного обучения работы с семьей не являются действенными. Родители сейчас достаточно образованны, пользуются интернетом, где можно найти ответ на любой вопрос. Но, к сожалению, большинство родителей не способны применять полученные знания на практике. «Тео-

ретически знаю, а сделать ничего не могу или не успеваю!» Именно в данном контексте я вижу **новизну** программы родительского клуба «Мы вместе!».

В процессе тренингов и семинаров-практикумов достигаются следующие результаты: установление положительного эмоционально-личностного контакта между участниками (родители и ребенок); появляется возможность обучения различным приемам взаимодействия; происходит понимание и осознание недостатков семейного воспитания; решение непосредственно «здесь и сейчас» определенных ситуаций.

**Эффективность программы** определяется положительной динамикой в оценке родителями своих взаимоотношений с детьми младшего школьного возраста, повышением коммуникативных навыков детей, снижением агрессивных проявлений у обучающихся, повышением оптимизации детско-родительских отношений.

**Цель программы клуба —** профилактика и гармонизация детско-родительских отношений с помощью проведения совместных мероприятий, способствующих личностному росту и развитию младшего школьника.

**Задачи родительского клуба «Мы вместе!» следующие:**

1) способствовать сплочению членов семьи;
2) научить родителей видеть и понимать изменения, происходящие с детьми;
3) учить родителей эффективным способам взаимодействия со своими детьми с целью формирования гармоничной личности;
4) развивать коммуникативные навыки и умения детей и родителей, повышать их самооценку;
5) обогащать опыт культуры взаимодействия ребенка и родителя.

При формировании программы использовались следующие **принципы:**

- учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей младших школьников;
- системности;
- комплексности методов психологического воздействия;
- возрастания сложностей;
- эмоциональной сложности материала.

**Срок реализации программы:** 2 года

**Участники программы:** дети и родители 1–2 классов (для каждой параллели отдельный цикл занятий).

**Организация занятий:**

Цикл занятий в родительском клубе «Мы вместе!» включает — 3 встречи, которые проводятся один раз в триместр продолжительностью от 1 часа до 2 часов. Одна из встреч — семинар-практикум для родителей, два мероприятия — совместные тренинги родителей с детьми. Занятия проводятся педагогом-психологом.

**Структура занятий:**

1. Разминка — установление доверительных отношений.
2. Упражнения на снятие напряжения, расслабления.
3. Основная часть — отработка поставленных целей и задач непосредственно с конкретной семьей + социум.
4. Рефлексия — обратная связь, обмен мнениями.

**Методические средства, используемые в программе:**

- коммуникативные игры;
- упражнения на снятие напряжения, агрессивности, расслабления;
- совместная деятельность родителей и детей (рисование, конструирование, моделирование ситуаций);

- ролевое моделирование;
- обсуждение, обмен мнениями и опытом;
- наблюдения (интерес участников к содержанию, динамика в отношениях и др.);
- установление диалоговых отношений между родителями, младшими школьниками;
- формирование готовности к поиску вариантов решения проблем, гибкому вариативному поведению в сложных жизненных ситуациях.

**Критерии:**

- удовлетворенность диалогом;
- определение стиля поведения в ситуациях разногласия;
- создание условий для развития устремлений родителей и младших школьников (познавательных, творческих, эмоционально-личностных) через выявление содержания индивидуальности каждого члена семьи, рассмотрение горизонтов личностного развития и роста, особенностей саморазвития (системность мышления, включенность в групповые отношения, личностная саморегуляция);
- рефлексия, самоосмысление, поддержка;
- самоопределение, потребность в самопознании.

**Ожидаемые результаты:**

- Гармонизация микроклимата в семье.
- Применение родителями и младшими школьниками на практике методов и приемов эффективного взаимодействия.
- Умение видеть и понимать родителями недостатки применения того или иного стиля семейного воспитания.
- Умение родителями и младшими школьниками решать различные ситуации «здесь» и «сейчас».

**Определение результативности программы:**

1. Анкетирование родителей.
2. Анкета «Оценка своих взаимоотношений с ребенком».
3. Анкета «Методы воздействия на ребенка».
4. Тест «Семейная социограмма» по Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.
5. Определение самооценки — методика «Лесенка».

**I. Календарно-тематическое планирование**

| Тема | Цели, задачи | Содержание |
|---|---|---|
| Практическое занятие с элементами тренинга по формированию осознанности роли родителя «Я — родитель»<br><br>1 класс, октябрь<br>1 час | **Цель:** оказание помощи родителям младших школьников в понимании и осознании своей социальной роли.<br>**Задачи:**<br>• сформировать у родителей мотивацию для анализа собственных взглядов и установок, понимания и осознания своих индивидуальных черт личности, оказывающих влияние на личностный рост и развитие ребенка;<br>• начать освоение активной позиции самопознания и развития способности производить значимые изменения в своем отношении к ребенку. | 1. Настрой на работу.<br>2. Упражнение — активатор «Мандарин».<br>3. Определение — кто такой родитель (обсуждение).<br>4. Упражнение «Образ родителя: папы и мамы.<br>5. Упражнение «Объявление».<br>6. Упражнение «Самопознание». |

| Тема | Цели, задачи | Содержание |
|---|---|---|
| Коммуникативный тренинг для детей и родителей «Формирование навыков конструктивного межличностного взаимодействия в семье» № 1<br><br>1 класс, январь<br>1 час 30 мин. | **Цель:** гармонизация и профилактика детско-родительских отношений.<br>**Задачи:**<br>1. Формировать у детей и родителей позитивного настроя на совместную работу.<br>2. Обучить приемам конструктивного общения родителей с детьми.<br>3. Научить навыкам саморегуляции, саморасслабления.<br>4. Научить родителей и детей понимать и чувствовать друг друга, анализировать свое поведение и действия.<br>5. Отработать умения договариваться, приходить к единому решению.<br>6. Развивать чувства эмпатии, рефлексии. | 1.Упражнения на установление контакта:<br>• «Мандарин»<br>• «Поменяйтесь местами»<br>• Правила поведения в группе<br>2.Упражнения на снятие напряжения:<br>• «Орган»<br>• «Зевота»<br>• «Движения на шарнирах»<br>• «Петушки»<br>3.Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия между родителями и детьми:<br>• «Паровозик»<br>• «Позиция»<br>• Игра — энергетик «Джунгли»<br>4. Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия в командах, группах:<br>• «Сказки»<br>• «Единое мнение»<br>• «Переверни коврик»<br>• «Делаем вместе»<br>• «Тюрьма»<br>• «Толстое стекло»<br>• Беседа «Какими дети видят своих родителей», «Какими родители видят своих детей»<br>5.Рефлексия — подведение итогов. |
| Коммуникативный тренинг для детей и родителей «Формирование навыков конструктивного межличностного взаимодействия в семье» № 2<br><br>1 класс, май<br>1 час 30 мин. | **Цель:** гармонизация и профилактика детско-родительских отношений.<br>**Задачи:**<br>1. Формировать у детей и родителей позитивного настроя на совместную работу.<br>2. Обучить приемам конструктивного общения родителей с детьми.<br>3. Научить навыкам саморегуляции, саморасслабления.<br>4. Научить родителей и детей понимать и чувствовать друг друга, анализировать свое поведение и действия.<br>5. Отработать умения договариваться, приходить к единому решению.<br>6. Развивать чувства эмпатии, рефлексии. | 1.Упражнения на установление контакта:<br>• «Мандарин»<br>• «Поменяйтесь местами»<br>• Правила поведения в группе<br>2.Упражнения на снятие напряжения:<br>• «Орган»<br>• «Зевота»<br>• «Движения на шарнирах»<br>3.Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия между родителями и детьми:<br>• «Ладошки»<br>• «Зеркало»<br>• «Тень»<br>• «Машины»<br>• «Только вместе!»<br>• «Ромашка»<br>• «Варежки» |

| Тема | Цели, задачи | Содержание |
|---|---|---|
| | | 4. Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия в командах, группах:<br>• «Сказки»<br>• «Войти в круг»<br>• «Добрые слова»<br>5.Рефлексия — подведение итогов. |
| Семинара-практикума для родителей «Конструктивные способы взаимодействия в конфликтных ситуациях»<br><br>2 класс, ноябрь<br>2 часа | **Цель —** изучение и применение на практике приемов адекватного поведения в конфликтной ситуации, выбор эффективной стратегии поведения в конфликте.<br>**Задачи:**<br>1. Помочь установить доверительные отношения между участниками семинара-практикума.<br>2. Пополнить знания родителей в области конфликтологии.<br>3. Учить родителей договариваться друг с другом через использование нестандартных заданий.<br>4. Дать возможность родителям изучить и понять собственное поведение в ситуации конфликта.<br>5. Проработать конструктивные способы ведения диалога.<br>6. Учить делать объективные анализ каждой конфликтной ситуации ее участниками. | 1.Работа с термином «конфликт»<br>2.Настрой на работу<br>• «Мандарин»<br>3.Основная часть:<br>• Упражнение «Варежки»<br>• Сообщение «Психологические установки» (по Э. Берну)<br>• Упражнение «Яблоко и червяк»<br>• Сообщение «Конфликт. Стратегии управления конфликтом»<br>• Метод «Шести шляп» Эдварда де Боно<br>• Упражнение «Увольнение»<br>• Анкета «Определение самооценки рационального поведения в конфликте»<br>• Беседа «Какие причины конфликтов с детьми вы можете выделить?»<br>• Упражнение «Нарисуй портрет конфликтного родителя»<br>• Правила поведения в конфликте (памятка)<br>4.Рефлексия — подведение итогов. |
| Коммуникативный тренинг для детей и родителей «Формирование навыков конструктивного межличностного взаимодействия в семье»<br>№ 3<br><br>2 класс, февраль<br>1 час 30 мин. | **Цель:** гармонизация и профилактика детско-родительских отношений.<br>**Задачи:**<br>1. Формировать у детей и родителей позитивный настрой на совместную работу.<br>2. Обучить приемам конструктивного общения родителей с детьми.<br>3. Научить навыкам саморегуляции, саморасслабления.<br>4. Научить родителей и детей понимать и чувствовать друг друга, анализировать свое поведение и действия.<br>5. Отработать умения договариваться, приходить к единому решению.<br>6. Развивать чувства эмпатии, рефлексии. | 1.Упражнения на установление контакта:<br>• «Мандарин»<br>• «Подари движение»<br>• Правила поведения в группе<br>2.Упражнения на снятие напряжения:<br>• «Орган»<br>• «Зевота»<br>• «Движения на шарнирах»<br>3.Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия между родителями и детьми:<br>• «Найди свою маму»<br>• «Острова»<br>• «Посиделки»<br>• «Беседа одним карандашом»<br>• Самодиагностика «Я в лучах солнца»<br>4. Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия в командах, группах:<br>• «Нитка и иголка» |

| Тема | Цели, задачи | Содержание |
|---|---|---|
| | | • «Вслепую через лабиринт»<br>• «Колокол»<br>• «Моечная машина»<br>5.Рефлексия — подведение итогов. |
| Коммуникативный тренинг для детей и родителей «Формирование навыков конструктивного межличностного взаимодействия в семье» № 4 (Приложение 1)<br><br>2 класс, май<br>1 час 30 мин. | **Цель:** гармонизация и профилактика детско-родительских отношений.<br>**Задачи:**<br>1. Формировать у детей и родителей позитивного настроя на совместную работу.<br>2. Обучить приемам конструктивного общения родителей с детьми.<br>3. Научить навыкам саморегуляции, саморасслабления.<br>4. Научить родителей и детей понимать и чувствовать друг друга, анализировать свое поведение и действия.<br>5. Отработать умения договариваться, приходить к единому решению.<br>6. Развивать чувства эмпатии, рефлексии. | 1.Упражнения на установление контакта:<br>• «Мандарин»<br>• «Жест»<br>• Правила поведения в группе<br>2.Упражнения на снятие напряжения:<br>• «Орган»<br>• «Зевота»<br>• «Движения на шарнирах»<br>3.Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия между родителями и детьми:<br>• Совместное рисование «Волшебный рисунок»<br>• «Совместное творчество»<br>• «Похвастайся мамой (папой)»<br>• «Молекулы»<br>4.Упражнения на отработку навыков эффективного взаимодействия в командах, группах:<br>• «Муравьиная тропа»<br>• «Восковая палочка»<br>• «Квадрат»<br>• «Колокол»<br>5.Рефлексия — подведение итогов. |

В апробации программы участвовали родители и дети 1–2 классов.

Опыт показывает, что эффективность гармонизации детско-родительских отношений по программе «Мы вместе!» зависит от степени заинтересованности, инициативности и желания родителей, детей, которые должны быть не сторонними наблюдателями, а активными помощниками в реализации данной Программы, стремиться к самопознанию и самосовершенствованию в рамках общения друг с другом.

В ходе реализации программы родительского клуба «Мы вместе!»:

- повысился уровень комфорта в семьях и уровень адекватного взаимодействия родителей с детьми;
- усовершенствовались навыки общения у младших школьников со сверстниками;
- значительно снизилось нервно-психическое напряжение, тревожность, агрессивные проявления в поведении как у детей, так и у родителей.

Данные выводы о результативности деятельности родительского клуба «Мы вместе!» можно проанализировать и отследить с помощью диагностических методик, представленных в приложении.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2334**

# Программа психолого-педагогического сопровождения семей, обучающихся с особыми возможностями здоровья «Арт-кафе «Рецепты счастья»

**Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Боднар Татьяна Николаевна,*** *педагог-психолог высшей категории, учитель-дефектолог Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа-интернат № 9» р.п. Переяславка Хабаровский край*

***Еремина Ольга Александровна,*** *учитель-дефектолог высшей категории Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа-интернат № 9» р.п. Переяславка Хабаровский край*

Профилактическая тренинговая психолого-педагогическая программа предназначена для реализации в образовательных учреждениях, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы.

Проблема уровня родительской компетентности как фактора физического, психического и социального благополучия детей в условиях семьи, приобретает особую актуальность, так как является одной из важнейших составляющих государственной политики сохранения здоровья нации. Программа призвана содействовать успешности воспитания, развития и социальной адаптации детей при участии семьи и школы.

Программа направлена по формирование здоровой личности через внеурочную деятельность с привлечением родителей (законных представителей). Семья не может быть заменена ни одним воспитательным институтом, она — главный воспитатель. Более влиятельной силы на развитие и становление личности ребенка не существует. Именно в семье закладываются основы социального «Я», фундамент будущей жизни человека.

В программе «Арт-кафе «Рецепты счастья» представлено новое инновационное направление КГБОУ ШИ 9 по формированию здоровой личности через творческую внеурочную деятельность с привлечением родителей (законных представителей).

Программа призвана оказать влияние на формирование конструктивных внутрисемейных отношений, и тесно связана с развитием позитивных эмоциональных и межличностных связей в семье.

Представленная в программе технология совмещает реализацию задач психолого-педагогического сопровождения в комфортной творческой обстановке, способствует своевременному разрешению возникающих социально-правовых вопросов, повышает родительский ресурс, создаёт условия для формирования правильных привычек проведения свободного времени.

Рекомендуется учителям, учителям-логопедам, учителям-дефектологам, педагогам-психологам, воспитателям, тьюторам, социальным педагогам, педагогам дополнительного образования.

### Цель и задачи программы

**Цель:** социальная инклюзия детей с особыми возможностями здоровья через формирование семейных ценностей и мотивацию к ведению здорового образа жизни, направленная на формирование благоприятного социально-психологического климата в семье ребенка.

**Задачи:**

1. Создание инклюзивного здоровьесберегающего пространства для творческой совместной деятельности детей, родителей, педагогов и приобретения опыта проведения свободного времени в совместной с детьми продуктивной деятельности;

2. Оказание своевременной квалифицированной психолого-педагогической и социально-правовой помощи семьям и детям групп социального риска в комфортной обстановке творческой деятельности.
3. Повышение психолого-педагогической культуры и родительской компетентности в области воспитания детей:
   - приобщение к творческой деятельности детей с особенностями в развитии;
   - освоение несовершеннолетними положительного социального опыта, социальных ролей и установок, выработка ценностных ориентаций, положительных социальных качеств личности;
   - формирование навыков бесконфликтного общения несовершеннолетних в среде сверстников;
   - приобретение опыта отношений партнерства и сотрудничества в системе «родитель-ребенок»;
   - формирование у участников программы навыков саморегуляции.

**Целевая аудитория**

дети с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (с нарушением интеллекта) младшего и среднего школьного возраста;

- родители детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.

***Программа рассчитана на участие в детско-родительском клубе семей:***

- Семьи обучающихся, у которых выявлена явная рискогенность в социально-психологических условиях, формирующих готовность к вовлечению в зависимое поведение;
- семьи обучающихся, имеющие риски аутодеструктивного поведения;
- семьи обучающихся — участников национального чемпионата «Абилимпикс»;
- семьи обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных адаптированных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации;
- семьи детей, находящихся в трудной жизненной ситуации;
- неблагополучные семьи;
- неполные семьи.

Приветствуется участие в детско-родительских встречах других членов семьи (бабушек, дедушек, сестёр, братьев), учитывая, что они, как члены семьи, оказывают влияние на ребенка и участвуют в его воспитании.

**Характеристика детей с нарушением интеллекта**

Общими для всех обучающихся с нарушением интеллекта являются следующие черты:

- Незрелость и неразвитость эмоций;
- Отсутствие навыков интеллектуальной деятельности, а также неспособность к получению необходимых для такой работы знаний;
- Невысокая работоспособность, возникающая по причине повышенной истощаемости;
- Небольшой словарный запас;
- Трудности словесно-логических операций, которые вызывают затруднения при необходимости решения наглядно-действенных задач;
- Крайне суженное представление об окружающем мире;
- Неумение использовать игровую деятельность для развития;
- Замедленное восприятие происходящих событий;
- Низкий уровень самоконтроля, что сказывается не только на обучении, но и в жизненных ситуациях.

**Принципы реализации программы**

**Принцип событийности.** Суть этого принципа заключается в следующем: при проведении тренинга педагог должен обеспечить превращение его движения в цепь связанных между собой собы-

тий, которые будут переживаться участниками как целостность, единство, неразрывность изменений, происходящих в них и в окружающем;

**Принцип метафоризации.** Благодаря метафоре (чаще всего реализуемой через некоторые символические образы) становится возможным переход из одного пространства (в том числе воображаемого) в другое. Если в других участниках человеку удается узнать себя и ощутить свое единство с ними в пространстве тренинга, то это также есть реализация принципа метафоризации. Следовательно, из этого принципа следует особое внимание к использованию в системе тренинговых методов символов, образов и метафор;

**Принцип трансспективы.** Согласно этому принципу, педагог должен ориентироваться на создание в тренинге условий для проживания участниками событий в их единстве с событиями прошлого и будущего, фактически в их неразрывности во времени.

**Основное содержание программы**

С целью создания условий для укрепления детско-родительских отношений и повышения родительских компетенций на базе школы-интерната был создан детско- родительский клуб «Арт-кафе «Рецепты счастья», которое семьи наших обучающихся могли посетить в выходной день и вместе провести время, пообщаться с педагогами и другими родителями и детьми.

Каждое занятие представляло собой тематическую встречу. На каждой встрече, в клубе, родители, дети и педагоги раскрывали один из секретов (рецептов) счастья наших семей: ***любовь, доверие, здоровье и взаимопонимание***.

**Структура каждого занятия включала в себя:**

1. вступление (ритуал приветствия);
2. разминка;
3. основная часть (актуализация предыдущего занятия, игры и упражнения, творческие задания);
4. заключительная часть (ритуал прощания).

В ходе занятия использовались следующие тренинговые процедуры:

- упражнения-активаторы, используемые для создания доброжелательной рабочей обстановки и снятия психологических барьеров в общении;
- обсуждение происходящего между занятиями, направленное на анализ изменений в поведении родителей и детей;
- разминка в виде игры или упражнения, способствующая включению в групповую работу;
- упражнения, направленные на формирование адекватной самооценки участников;
- упражнения, предназначенные для развития способностей планирования поведения и анализа ситуации с прогнозом их разрешения;
- упражнения, способствующие формированию позитивных жизненных целей и развитию мотивации к их достижению;
- творческие задания, позволяющие проявить креативные способности;
- информационно — правовая часть, направленная на усвоение правовых знаний;
- рефлексия — подведение итогов занятия-встречи, получение обратной связи участниками и педагогами.

**Технология арт-терапии**

**Арт-терапия** (терапия искусством) — одна из наиболее эффективных технологий социальной реабилитации, обладающая особыми коррекционными и развивающими возможностями, основная цель которой состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания средствами художественной деятельности. Главной целью арт-терапевтической деятельности является достижение положительных изменений в психологической и социальной сфере участников группы. Арт-терапия способствует снятию напряжения, пробуждению внутренних

жизненных сил, активизирует внутренние личностные ресурсы, облегчает социальную адаптацию, способствует формированию межличностных навыков.

Популярные виды арт-терапии, применяемые в деятельности детско-родительского клуба:

**игровая терапия** — метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности;

**сказкотерапия —** метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром;

**танцевальная терапия** — применяется при работе с людьми, имеющими эмоциональные расстройства, нарушения общения и межличностного взаимодействия. Цель танцевальной терапии — осознание собственного тела, создание его позитивного образа, развитие навыков общения, исследование чувств и приобретение группового опыта;

**изотерапия —** терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное в основном с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие.

На встречах в арт-кафе и совместной работе должны соблюдаться следующие условия:

- безопасная среда, способствующая самовыражению и спонтанной активности;
- приемы и техники подбираются с учетом возможностей ребенка, любые усилия ребенка в ходе работы должны быть интересны и приятны ему;
- ребенок имеет право отказаться от выполнения некоторых заданий и выбирать подходящие для него виды и содержание творческой деятельности;
- взрослый должен избегать оценочных суждений и сравнений. Помнить, что основные цели арт-терапевтической встречи — психотерапевтическая и коррекционная, а не обучающая;
- ориентация на процесс, а не результат.

## Ресурсы для реализации программы

***Кадровые:***

*Руководитель программы* — отвечает за контроль и координацию реализации программы, разрабатывает нормативную базу деятельности детско-родительского клуба, обеспечивает информационное освещение реализации программы в социальных сетях учреждения, проводит анализ работы, готовит отчеты, взаимодействует с внешними организациями, отвечает за информирование о деятельности социальной гостиной клуба;

*социальный педагог* — налаживает контакт с семьей, мотивирует родителей на изменения, проводит социально-педагогическую диагностику, участвует в привлечении родителей к совместному проведению творческих встреч;

*педагог-психолог* — проводит психодиагностические исследования, консультирует детей и родителей, организует работу детско-родительского клуба, проводит групповые социально-психологические занятия и тренинги;

*учитель-дефектолог, педагог дополнительного образования* — готовят и проводят групповые творческие задания.

***Методические:***

- наличие утвержденной программы;
- наличие методик диагностики эффективности и результативности работы клуба;
- план работы детско-родительского клуба «Арт- кафе «Рецепты счастья».

**Тематический план арт-терапевтических встреч**

| № | Наименование тем | Часы | Упражнения и задания |
|---|---|---|---|
| 1 | «Знакомство». Семейный рецепт: «Сотрудничество» | 1.5 | **Вступление.** Приветствие.<br>Слово ведущих: о тренинге, формах работы, конфиденциальности.<br>Выработка правил работы группы. Заключение контракта с группой.<br>**Разминка** «Цветок настроения».<br>Упражнение «Знакомство с семьей».<br>**Основная часть**. Упражнение «Комплименты».<br>Упражнение «Моя и мамина (папина рука)».<br>Упражнение «Какая рука у соседа»<br>Упражнение «Молекулы»<br>Упражнения «Карандашики», «Рисуем вместе»<br>Упражнение «Баржа»<br>**Заключение.** Рефлексия «Связующая нить»<br>Упражнение «Пожелания». |
| 2 | «Шире круг!» Семейный рецепт: «Забота» | 1.5 | **Вступление.** Приветствие.<br>Упражнение «Нарисуй свое имя».<br>**Разминка**. «Цветок настроения». Музыкально -ритмические игры.<br>**Основная часть.** Мозговой штурм<br>«Забота о других и забота о себе. Как мы о себе заботимся?»<br>Упражнение «Печатная машинка». Обсуждение в группе.<br>Творческое правополушарное рисование «Снегири на ветке»<br>**Заключение**. Слово ведущих: о важности выполнения домашнего задания.<br>Домашнее задание:<br>• Ежедневно заботиться о себе.<br>• Предложить ребенку подумать, как можно заботиться о родителях.<br>Упражнение «Связующая нить». Что понравилось, что нет и почему.<br>Релаксация «Колокол» |
| 3 | Свободная встреча в Арт — мастерской «В ритме танца». | 1,5 | Танцевальные техники.<br>Музыкально -ритмические игры, упражнения. |
| 4 | «Я — тебя понимаю». Семейный рецепт: «Терпение. Нежность. Внимание». | 1.5 | **Вступление.** Приветствие.<br>Слово ведущих: Кратко о теме прошлой встречи.<br>**Разминка.** Обсуждение в группе:<br>Упражнения «Связующая нить», «Мне в тебе нравится…»<br>Упражнение «Имя».<br>Разбор домашнего задания.<br>**Основная часть**. Слово ведущих:<br>О необходимости внимания к каждому члену семьи.<br>Упражнение «Что делать если...» Обсуждение в группе:<br>Сложно или легко было выполнять упражнения? Какие вы сейчас испытываете чувства?<br>Что вас особенно удивило?<br>Творческое задание «Талисман на счастье».<br>**Заключение.** Домашнее задание:<br>Попросить любого члена семьи о помощи и принять ее.<br>Упражнения «Связующая нить», «Меня бы порадовало…»<br>Релаксация «Колокол». |
| 5 | Свободная встреча в Арт — мастерской «Семейный театр» | 1.5 | Участие семей в театральной деятельности. |

| № | Наименование тем | Часы | Упражнения и задания |
|---|---|---|---|
| 6 | Семейный рецепт: «Любовь» | 1.5 | **Вступление.** Приветствие Слово ведущих:<br>Кратко о теме прошлой встречи.<br>**Разминка.** Обсуждение в группе.<br>Упражнения «Связующая нить», «У меня есть…».<br>Разбор домашнего задания.<br>**Основная часть.**<br>Слово ведущих: Отношения в семье. Структура семьи. Семейные роли.<br>Творческое арт-терапевтическое задание «Семейное сердце».<br>Задание- изобразить и показать с помощью движений (пластика, танец и др.) Семейное сердце.<br>**Заключение.**<br>Упражнения «Связующая нить», «Моя семья…», «Пожелания».<br>Релаксация «Колокол» |
| 7 | Квест -игра «Остров семейных сокровищ» Семейный рецепт: «Совместный труд». | 1.5 | **Вступление.** Приветствие «Комплимент».<br>Упражнение — разогрев «Потопаем, похлопаем».<br>**Разминка.** Упражнение «Подари улыбку».<br>Упражнение «Клеевой дождик».<br>**Основная часть.** Квест-игра. Мастер-класс по изготовлению весеннего цветка из крепированной бумаги.<br>**Заключение.** Слово ведущих о важности совместного труда в семье: о важности выполнения домашнего задания.<br>Домашнее задание: ежедневно помогать родителям в домашних делах.<br>Упражнение «Связующая нить»: что понравилось, что нет и почему.<br>Релаксация «Колокол». |
| 8 | «Семейные праздники и традиции». Семейный рецепт: «Традиции». | 1.5 | **Вступление.** Упражнение «Приветствие».<br>**Разминка.** Упражнения «Комплимент — пожелание», «Мне в тебе нравится», «Компот».<br>**Основная часть.** Упражнения на тему: «Семья и семейные ценности. Дом счастья».<br>Задание «Ладошка».<br>Дискуссия «Семейные традиции вашей семьи».<br>Творческий мастер -класс «Изготовление куклы-Масленицы».<br>Русская народная игра «Блины».<br>Музыкально -ритмические игры.<br>**Заключение.** Рефлексия «Связующая нить».<br>Упражнение «Пожелания». |
| 9 | Свободная встреча в Арт — мастерской «Мы — художники!» | 1.5 | Творческая работа семей с использованием техник правополушарного рисования. |
| 10 | «Секреты счастливой семьи». Заключительная встреча | 1.5 | **Вступление.** Приветствие. Слово ведущих:<br>Освещение совместных встреч за год.<br>**Разминка.** Обсуждение в группе.<br>Упражнения «Связующая нить», «Я родом…»<br>**Основная часть.** Слово ведущих о семьях, активных участниках арт- кафе.<br>Упражнение «Семейный альбом». Обсуждение в группе. Творческое задание «Семейное дерево». Нарисовать свое семейное дерево.<br>**Заключение.** Завершение встречи. Рефлексия. Анкетирование родителей. Ритуал прощания. |

**Ожидаемые результаты реализации программы**

1. Реализована творческая программа клуба и заложена традиция новых клубных встреч; совместные творческие работы стали семейными реликвиями детей и родителей.
2. Родители и дети получили необходимую психолого-педагогическую и правовую помощь в рамках программы.
3. Личностные результаты (позитивные изменения в компетенциях родителей и поведении детей):

- родители создали (или способны создать) благоприятные условия в семье для творческой деятельности ребёнка, развития произвольности и способности к саморегуляции (творческая деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей);
- замкнутые, стеснительные, с дефицитом общения дети включены в процесс коммуникации;
- дети, посещающие клуб, демонстрируют допустимые формы поведения;
- родители и дети приобрели положительный опыт взаимодействия в процессе творческой деятельности;
- созданы предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций, для повышения уверенности в себе (за счет социального признания ценности продукта, созданного участниками).

**Полученный качественный результат**

- дети имеют закреплённые навыки здорового поведения;
- родители способны целенаправленно, по разным позициям, поддерживать здоровье ребёнка (ресурсный родитель).
- участники творческого арт-кафе выразили огромный интерес в продолжении деятельности клуба выходного дня, а совместные творческие работы стали семейными реликвиями детей и родителей.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2332**

# Психолого-педагогическая программа «Я в ресурсе»

## Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Кошенскова Светлана Алексеевна,*** *педагог-психолог ГБУ Волгоградского П/ПМС-центра*
***Фетисова Ольга Сергеевна,*** *педагог-психолог ГБУ Волгоградского П/ПМС-центра*

Авторская программа для подростков «Я в ресурсе» стала основой для психолого-педагогической работы по сопровождению подростков с трудностями взросления, социализации и адаптации в обществе.

Педагогами-психологами ГБУ Волгоградского П/ПМС-центра были проанализированы наиболее частые запросы клиентов. Итогом анализа стал вывод, что в категорию «трудных» попадают подростки не только из неблагополучных семей. Переживание сложной ситуации (конфликт в семье или ссора с одноклассниками, иные проблемы) накладывается на прохождение пубертатного периода, и, как следствие, у подростков наблюдается замкнутость, тревожность, склонность к риску, непринятие себя и своих родителей, неумение выстраивать контакт с окружающими. Исходя из вышеописанной проблемы, были обозначены и пути решения: необходимость составления психолого-педагогической программы для работы с подростками «Я в ресурсе».

**Цель программы** «Я в ресурсе» — содействие стабилизации эмоционального состояния подростков, имеющих трудности взросления, социализации и адаптации в обществе, а также развитие у них навыка межличностного общения.

**Задачи программы:**

- способствовать снижению уровню тревожности, агрессивности у подростков, имеющим трудности взросления, социализации и адаптации в обществе;
- мотивировать подростков данной категории к самопознанию и саморазвитию;
- способствовать повышению самооценки, имеющим трудности взросления, социализации и адаптации в обществе;
- способствовать развитию у подростков данной категории умения осознавать и восполнять свой личностный ресурс;
- способствовать конструктивному развитию самосознания, идентичности подростка, а также развития уровня психологической культуры через использование, в том числе через использование техник психологической самопомощи в трудной жизненной ситуации;
- способствовать улучшению детско-родительских отношений;
- способствовать развитию ценностно-смысловой сферы, а также навыка межличностного общения.

**Участники программы:** подростки (12–17 лет) с трудностями взросления, социализации и адаптации в обществе, обучающиеся в образовательных организациях Волгограда**.**

**Особенности детей целевой группы:** низкий самоконтроль поведения, конфликты с учителями и одноклассниками, избегание ответственности, отсутствие четкой жизненной цели, подверженность негативному влиянию социума, эмоциональная нестабильность. Подростки с трудностями взросления, социализации и адаптации в обществе имеют низкую мотивацию к сотрудничеству со взрослыми, поэтому могут демонстративно не выполнять предложенные задания, отпрашиваться «выйти», резко отвечать.

Однако заинтересованность команды ГБУ Волгоградского П/ПМС-центра и открытость организаций-партнеров к сотрудничеству содействовали преодолению перечисленных трудностей. Интерактивные формы работы, индивидуальные и групповые тренинговые занятия способствовали формированию у детей навыков активного взаимодействия с окружающими и установлению доверительных отношений. Работа с несовершеннолетними выстроена с учетом принципа конфиденциальности.

Программа «Я в ресурсе» может быть реализована как в индивидуальной, так и в групповой работе. Кроме того, материал указанной программы может быть полезен подросткам и их родителям в самостоятельной работе (тетрадь самопомощи).

Педагоги-психологи и специалисты сферы защиты детства могут использовать программу в оказании помощи подросткам с повышенной тревожностью и проблемах, связанных с поиском идентичности и самоопределением, низкой мотивацией к учебе, кризисами в детско-родительских отношениях, трудностями социализации.

**Научные методологические и методические обоснования программы**

*Подростковый возраст в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского.* Л.С. Выготский также подходил к подростковому периоду как к историческому образованию. Как и Л.П. Блонский, он считал, что особенности протекания и продолжительность подросткового возраста заметно варьируют в зависимости от уровня развития общества.

*Ж. Пиаже и его концепция о децентрации подросткового возраста.*

Децентрация — способность преодолеть свой эгоцентризм, принять в расчет другие возможные точки зрения. В 11–14 лет подросток приписывает безграничные возможности своему мышлению, способному, по его мнению, преобразовать окружающий мир.

*Д.Б. Эльконин и деятельностный подход.* Д.Б. Эльконин считал, что ведущей деятельностью детей подросткового возраста становится общение со сверстниками. Главная потребность периода — найти свое место в обществе, быть «значимым» — реализуется в сообществе сверстников. Через разнообразные ситуации в школе, дома, на улице подростки осваивают нормы поведения в обществе, определяют взаимоотношения равноправия и уважения к друг другу.

*Современные исследования эмоциональной сферы подростков.* В современной науке развилось целое направление исследования эмоциональной сферы, ведущими представителями которого стали: Л.М. Аболин, И.Д. Бех, В.К. Вилюнас, Б.И. Додонов, К.Е. Изард, И.С. Кон, О.И. Кульчицкая, А.М. Леонтьев, В.С. Мухина, Е.З. Неверович, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, О.Я. Чебыкин, Т.М. Чебыкина.

Исследователи Л.В. Гаврилова и М.А. Козлова отмечают, что «эмоции в жизни человека значимы для индивидуального опыта: они относятся к действиям внутренней регуляции поведения. Находясь на мотивационном уровне, эмоции препятствуют или же наоборот способствуют осуществлению деятельности, они побуждают и направляют её».

Программа «Я в ресурсе» реализуется во внеурочной деятельности в течение учебного года.

Программа имеет следующие этапы реализации:

1. **Установочный этап.** Получение запроса о необходимости психолого-педагогической помощи от образовательной организации. Подписание соглашения о сотрудничестве.
2. **Диагностический этап (первичная диагностика).** Подбор необходимого диагностического инструментария. Проведение психологической диагностики.

   Рекомендуемые диагностические методики:

   - 8 цветовой тест Люшера;
   - САН (самочувствие, активность, настроение);
   - **«Поведение в конфликте»** (тест Томаса-Килманна);
   - **социометрический тест по Джейкобу Морено.**

3. **Основной этап.** Психолого-педагогическая работа по программе «Я в ресурсе» включает в себя индивидуальную и групповую работу с подростками.

**Индивидуальная работа** (психологическое консультирование).

В ходе психологических консультаций применяются отдельные техники, представленные в первой и второй части программы «Я в ресурсе». Для самостоятельной работы клиентам-подросткам предложена тетрадь «Self-help. Когда тебе трудно» с техниками самопомощи в сложных ситуациях:

«Когда ты тревожишься»;

«Когда ты обижаешься»;

«Когда задумался о самооценке»;

«Когда ты злишься»;

«Когда нужно восполнить свой ресурс».

Логическим продолжением программы является дневник работы с переживаниями «С заботой о себе». Психологические техники, предложенные в дневнике, помогут подросткам в проживании трудных жизненных ситуаций, в познании себя, в выстраивании отношений в школе и дома и в осознании своей внутренней силы.

При работе с детьми целевой группы психологические консультации также необходимы родителям этих ребят. В ходе консультаций с родителями (законными представителями) ведется профилактическая работа с целью предупреждения неблагоприятных форм эмоционального реагирования, неадекватных родительских установок воспитания ребенка.

**Групповая работа с подростками**

Программа «Я в ресурсе» может эффективно использоваться и в групповой работе с учетом индивидуально-дифференцированного подхода.

Психологами ГБУ Волгоградского П/ПМС-центра разработан цикл групповых занятий с элементами тренинга «Содействие. Общение. Сплоченность».

Главная задача — оказание помощи и поддержки подросткам в трудных жизненных ситуациях, формирование ценностно-смысловой сферы и развитие навыков взаимодействия. Примеры тематики групповых занятий с элементами тренинга:

- «Навигатор по жизни. Встреча с миром других»,
- «Навигатор поддержки»,
- «Навигатор моего я» и др.

Еще одной формой групповой работы является проведение марафона «Каникулы non-stop» в летних лагерях дневного пребывания образовательных организаций Волгограда

Летние встречи проходят еженедельно в течение июня. В групповые занятия также включаются психологические техники из программы «Я в ресурсе». Общение подростков с психологами имеет не только терапевтический эффект, но способствует развитию у ребят мотивации самопознанию.

4. **Итоговый этап.** Проведение повторной психологической диагностики. Анализ результатов проведенной работы, выявление ее эффективности.

Одним из показателей эффективности реализации программы «Я в ресурсе» является улучшение психологического благополучия детей целевой группы.

Для отслеживания улучшения психологического благополучия подростков использовался комплекс диагностических методов и методик таких, как наблюдение, беседа, анкетирование, психодиагностическая тестовая методика «САН» («Самочувствие», «Активность», «Настроение»), тест Люшера.

Результаты обработки методики «САН» позволяют и теста Люшера позволяют сделать вывод, что по окончании реализации программы 90% обучающихся улучшили свое психологическое благополучие.

Не менее, чем у 50% детей целевой группы снижен уровень тревожности, агрессивности;

- подростки мотивированы к самопознанию и саморазвитию;
- повышена самооценка подростков;
- у подростков данной категории развиты умения осознавать и восполнять свой личностный ресурс;
- сформированы осознанные конструктивные стратегии поведения и самовосприятия, в том числе через использование техник психологической самопомощи в трудной жизненной ситуации.

Исходя из приведенных данных можно, можно сделать вывод об эффективности использования программы «Я в ресурсе» в психолого-педагогической работе с обучающимися образовательных организаций Волгограда.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2331**

# Психолого-педагогическая программа экзистенциального развития личности школьника «Я — автор своей жизни: от смысла к действию»

**Авторы — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Медведева Ева Олеговна,*** *педагог-психолог ГБОУ Школа № 1392 им. Д.В. Рябинкина, г. Москва*

Психолого-педагогическая программа экзистенциального развития личности школьника «Я — автор своей жизни: от смысла к действию» направлена на формирование у детей и подростков субъектной позиции по отношению к собственной жизни, способности к осознанному выбору, ответственности и поиску личностных смыслов. Программа реализуется в течение всего школьного обучения и адресована обучающимся 7–18 лет, их родителям и педагогам. Теоретической основой выступает синтез экзистенциального подхода (логотерапия В. Франкла и последователей) и культурно-исторической психологии Л.С. Выготского, что позволяет перевести экзистенциальные вопросы на язык конкретных возрастных задач. Содержание выстроено в модульной структуре («Познаю себя», «Я в мире людей», «Проектирую будущее») и реализуется через систему занятий, социальных проб, философских диалогов, арт-терапевтических и рефлексивных практик с участием родителей и педагогов. Программа соответствует требованиям ФГОС и действующего образовательного законодательства и может быть использована в системе психолого-педагогического сопровождения как средство профилактики психоэмоционального неблагополучия и развития осознанного отношения к собственной жизни и будущей семье.

## Введение

Психолого-педагогическая программа экзистенциального развития личности школьника «Я — автор своей жизни: от смысла к действию» представляет собой инновационную разработку, ориентированную на системное сопровождение личностного и смыслового развития обучающихся. В условиях доминирования академических результатов вопросы самоопределения, поиска смысла деятельности и построения значимых отношений остаются в стороне, что ведет к феномену «экзистенциальной депривации»: снижению учебной мотивации, росту тревожности и трудностям социальной адаптации. Программа призвана восполнить этот дефицит, создавая пространство для осознанного выбора, ответственности и проживания жизненно важных вопросов в безопасной образовательной среде.

Теоретической основой программы является интеграция экзистенциального подхода (логотерапия и экзистенциальный анализ) и культурно-исторической психологии Л.С. Выготского. Экзистенциальная традиция рассматривает человека как субъекта, наделённого свободой воли и способного к поиску уникального смысла, тогда как идеи зоны ближайшего развития, социальной ситуации развития и опосредования предоставляют инструменты перевода этих категорий в задачи возрастного развития. Такой синтез позволяет соединить ценностно-смысловые ориентиры (свобода, ответственность, семейные и межличностные ценности) с конкретными психолого-педагогическими технологиями.

Структурно программа реализуется как сквозная возрастная траектория, охватывающая период с 7 до 18 лет. Содержание выстроено в модульной архитектуре («Познаю себя», «Я в мире людей», «Проектирую будущее»), инвариантной по логике, но наполняемой возрастно-специфическими темами и практиками. В каждом модуле сочетаются индивидуальная и групповая работа: саморефлексия и дневниковые практики, философские диалоги и социальные пробы, арт-терапевтические и

тренинговые формы, что позволяет ребенку не только лучше понимать себя, но и осваивать позицию автора собственной жизни в системе реальных отношений.

## Цель и задачи программы

**Общая цель**

Создание психолого-педагогических условий для становления субъектной позиции ребенка по отношению к собственной жизни через развитие экзистенциальной направленности личности, способности к осознанному выбору, принятию ответственности и поиску личностных смыслов в повседневной деятельности.

**Возрастные цели**

- 7–10 лет: формирование базового доверия к себе и миру, позитивной Я-концепции, освоение социально приемлемых способов выражения чувств и мыслей, развитие начальной способности к осознанному выбору в доступных жизненных ситуациях и пониманию связи «решение — последствия».
- 11–15 лет: развитие рефлексии и самоопределения в системе социальных отношений, освоение стратегий преодоления трудностей, формирование устойчивого ответственного отношения к собственным решениям и внутреннего локуса контроля.
- 16–18 лет: становление устойчивой позиции автора своей жизни, осознанное проектирование личной, профессиональной и семейной перспективы, формирование целостного смысложизненного концепта и экзистенциальной устойчивости к вызовам современной реальности.

**Основные задачи**

- формирование образа себя как активного субъекта, способного к авторству собственной жизни;
- развитие рефлексии и саморегуляции как основы личностной зрелости;
- стимулирование осознанного выбора и принятия ответственности за его последствия;
- создание условий для проживания событий как ситуаций экзистенциального выбора и роста;
- повышение психолого-педагогической компетентности взрослых в создании развивающей смысловой среды.

Основные направления и механизмы реализации

Программа реализуется по пяти взаимосвязанным направлениям, обеспечивающим целостное воздействие на личность ребенка и его окружение.

**Самоопределение и самопознание**

Цель — формирование устойчивой и адекватной Я-концепции, осознание своих особенностей, ресурсов и «зон роста». Содержание включает исследование Я-реального и Я-идеального, развитие самопринятия и позитивной самооценки, навыков целеполагания и планирования на основе осознания собственных желаний. Используются рефлексивные беседы, дневники, проективные методики, техники визуализации.

**Экзистенциальная рефлексия**

Цель — осмысление фундаментальных вопросов бытия (смысл, свобода, ответственность, одиночество, время, смерть в возрастно-адекватной форме), формирование личного отношения к ценностям. Применяются философские диалоги, анализ литературных и медиатекстов, биографий, логотерапевтические упражнения, работа с экзистенциальными дилеммами.

**Социальные пробы и проблемные ситуации**

Цель — апробация и закрепление новых моделей поведения и ответственности в безопасной социальной среде. Организуются ролевые и деловые игры, социальные и волонтерские проекты, тренинги социальных навыков, моделирование значимых жизненных ситуаций и моральных выборов.

**Эмоционально-волевое развитие**

Цель — развитие эмоционального интеллекта и волевой саморегуляции. Содержание включает расширение эмоционального словаря, освоение приемов управления тревогой, гневом, страхом, раз-

витие стрессоустойчивости и целеустремленности. Используются тренинги саморегуляции, дыхательные и телесные упражнения, арт-терапевтические практики, техники релаксации.

**Работа с родителями и педагогами**

Цель — формирование единого ценностно-смыслового подхода и поддерживающей среды вокруг ребенка. Реализуются просветительские семинары, родительские клубы, консультации, совместные детско-родительские проекты; взрослые осваивают стратегии поддержки самостоятельности, ответственности и смыслопоиска.

## Ключевые механизмы

В основе реализации — культурно-исторические механизмы: создание зоны ближайшего развития, опосредование (дневники, метафоры, символы как психологические орудия), моделирование социальных ситуаций развития, интериоризация внешних форм деятельности во внутренние убеждения и стратегии поведения, организация проблемных ситуаций как источника личностного роста. Эти механизмы сочетаются с интерактивным обучением, социальными пробами, рефлексивными и арт-терапевтическими техниками, философскими беседами.

## Этапы реализации программы

Реализация программы строится как последовательный цикл на учебный год, включающий пять этапов.

- Диагностический этап (сентябрь): входная психодиагностика ключевых личностных конструктов, наблюдение, беседы, анкетирование родителей и педагогов; формирование психологического профиля групп и индивидуальных маршрутов.
- Пропедевтический этап (конец сентября — октябрь): создание безопасной атмосферы, заключение группового договора, первичное введение понятий «выбор», «ответственность», «смысл», использование метафор и сказок.
- Развивающий этап (ноябрь — апрель): реализация основного содержания в соответствии с календарно-тематическим планом, сочетание индивидуальных, групповых и проектных форм деятельности, параллельная работа с родителями и педагогами.
- Рефлексивно-аналитический этап (май): итоговая диагностика, сравнительный анализ результатов, рефлексивные занятия, эссе, «карты личностного роста», обсуждение перспектив саморазвития.
- Этап социализации (в течение года, с акцентом на финальный период): перенос внутренних изменений в реальную практику через проекты, социальные акции, публичные выступления, наставничество старших над младшими.

**Содержание по возрастным группам**

**7–10 лет**

Программа включает 30 занятий (по 10 в каждом триместре). Основные линии — знакомство с собой и своими чувствами, освоение базовых представлений о выборе и последствиях, развитие доверия к себе и миру, формирование элементарных навыков рефлексии и эмоциональной саморегуляции.

**I ТРИМЕСТР. Тема: «Познаю себя и свои чувства»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Сентябрь, неделя 1 | «Здравствуй, это я!» |
| 2 | Сентябрь, неделя 2 | «Мои сильные стороны» |
| 3 | Сентябрь, неделя 3 | «Что такое выбор?» |
| 4 | Сентябрь, неделя 4 | «Радуга моих чувств» |
| 5 | Октябрь, неделя 1 | «Зачем я учусь?» |
| 6 | Октябрь, неделя 2 | «Страхи и храбрость» |
| 7 | Октябрь, неделя 3 | «Я и другие: учимся общаться» |
| 8 | Ноябрь, неделя 2 | «Мои цели и мечты» |

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 9 | Ноябрь, неделя 3 | «Чему я научился?» |
| 10 | Ноябрь, неделя 4 | «Праздник моего Я» |

**II ТРИМЕСТР. Тема: «Я в мире людей»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Декабрь, неделя 1 | «Что я могу и за что отвечаю?» |
| 2 | Декабрь, неделя 2 | «Я в разных ролях» |
| 3 | Декабрь, неделя 3 | «Конфликты: как договориться?» |
| 4 | Декабрь, неделя 4 | «Сила воли: что это такое?» |
| 5 | Январь, неделя 3 | «Когда я один: учимся быть с собой» |
| 6 | Январь, неделя 4 | «Спасибо — важное слово» |
| 7 | Февраль, неделя 1 | «Мое тело — мой друг» |
| 8 | Февраль, неделя 2 | «Творчество во мне» |
| 9 | Февраль, неделя 3 | «Я расту и изменяюсь» |
| 10 | Февраль, неделя 4 | «Наши общие успехи» |

**III ТРИМЕСТР. Тема: «Я расту и мечтаю»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Март, неделя 1 | «Время моей жизни» |
| 2 | Март, неделя 2 | «Препятствия — это ступеньки» |
| 3 | Март, неделя 3 | «Радость в мелочах» |
| 4 | Март, неделя 4 | «Как принять решение?» |
| 5 | Апрель, неделя 1 | «Мои внутренние ресурсы» |
| 6 | Апрель, неделя 3 | «Река моей жизни» |
| 7 | Май, неделя 1 | «Я — особенный!» |
| 8 | Май, неделя 2 | «Мои планы на лето» |
| 9 | Май, неделя 3 | «Чему я научился за год?» |
| 10 | Май, неделя 4 | «Праздник моего роста» |

Особенности реализации: продолжительность занятия 35–45 минут, группы 6–8 человек, преобладание игровых и творческих методов, использование персонажей-кукол и наглядных материалов, обязательные элементы каждого занятия — приветствие, двигательная разминка, итоговая рефлексия. Мониторинг эффективности ведется через наблюдение, анализ творческих работ, беседы с детьми, родителями и учителями.

**11–15 лет**

Для подростков предусмотрено 30 занятий (по 10 в каждом триместре). Содержание акцентирует самопознание, экзистенциальную рефлексию, отношения со сверстниками и взрослыми, навыки отстаивания границ, работы с тревогой, конструктивного выбора и ответственности.

**I ТРИМЕСТР. Тема: «Исследую себя и свои возможности»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Сентябрь, неделя 1 | «Знакомство с программой. Я и мой внутренний мир» |
| 2 | Сентябрь, неделя 2 | «Мои сильные стороны и зоны роста» |
| 3 | Сентябрь, неделя 3 | «Искусство выбора: как принимать решения» |
| 4 | Сентябрь, неделя 4 | «Эмоциональный интеллект: понимать себя и других» |
| 5 | Октябрь, неделя 1 | «В поисках смысла: что для меня важно?» |
| 6 | Октябрь, неделя 2 | «Тревога и страх: как справляться?» |
| 7 | Октябрь, неделя 3 | «Я в общении: устанавливаю границы» |

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 8 | Ноябрь, неделя 2 | «Целеполагание: от мечты к плану» |
| 9 | Ноябрь, неделя 3 | «Рефлексия достижений: чему я научился?» |
| 10 | Ноябрь, неделя 4 | «Творческая самопрезентация ‘Кто я сейчас’« |

**II ТРИМЕСТР. Тема: «Я в системе отношений»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Декабрь, неделя 1 | «Ответственность: свобода и границы» |
| 2 | Декабрь, неделя 2 | «Социальные роли: каким меня видят другие?» |
| 3 | Декабрь, неделя 3 | «Конфликт как ресурс развития» |
| 4 | Декабрь, неделя 4 | «Сила воли и характер» |
| 5 | Январь, неделя 3 | «Экзистенциальное одиночество: быть собой» |
| 6 | Январь, неделя 4 | «Практика благодарности» |
| 7 | Февраль, неделя 1 | «Телесность: язык тела и эмоций» |
| 8 | Февраль, неделя 2 | «Креативность и самовыражение» |
| 9 | Февраль, неделя 3 | «Промежуточные итоги: карта моего роста» |
| 10 | Февраль, неделя 4 | «Командное взаимодействие и поддержка» |

**III ТРИМЕСТР. Тема: «Проектирую свое будущее»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Март, неделя 1 | «Временная перспектива: мое прошлое, настоящее и будущее» |
| 2 | Март, неделя 2 | «Препятствия как трамплины для роста» |
| 3 | Март, неделя 3 | «Осознанность: быть здесь и сейчас» |
| 4 | Март, неделя 4 | «Критическое мышление и принятие решений» |
| 5 | Апрель, неделя 1 | «Внутренние ресурсы и опоры» |
| 6 | Апрель, неделя 3 | «Целостность жизни: интеграция опыта» |
| 7 | Май, неделя 1 | «Аутентичность: искусство быть собой» |
| 8 | Май, неделя 2 | «Проектирование жизненного пути» |
| 9 | Май, неделя 3 | «Итоговая рефлексия: мои достижения за год» |
| 10 | Май, неделя 4 | «Церемония завершения: Я — автор своей жизни» |

Особенности реализации: занятия по 45–60 минут, группы 8–12 человек, сочетание дискуссионных, проектных и рефлексивных форматов, использование актуального для подростков медиаконтента, цифровых технологий и проектной деятельности; особое внимание безопасному пространству для самовыражения.

**16–18 лет**

Для старшеклассников программа включает 16 занятий (по 8 в каждом полугодии). Содержательно акцент смещен на жизненное и профессиональное самоопределение, разработку жизненных проектов, осмысленное отношение к семейным и социальным ролям.

**I ПОЛУГОДИЕ. Тема: «Становление автора собственной жизни»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Сентябрь, неделя 1 | «Философия жизни: кто я и какой путь выбираю?» |
| 2 | Сентябрь, неделя 3 | «Свобода и ответственность: границы моей воли» |
| 3 | Октябрь, неделя 1 | «Экзистенциальные тревоги: как встретиться с неопределенностью?» |
| 4 | Октябрь, неделя 3 | «Ценностные ориентации: что для меня по-настоящему важно?» |
| 5 | Ноябрь, неделя 2 | «Проектирование жизни: от мечты к стратегии» |
| 6 | Ноябрь, неделя 4 | «Промежуточная рефлексия: мои достижения и экзистенциальные уроки» |
| 7 | Декабрь, неделя 2 | «Личность и общество: как сохранить аутентичность?» |
| 8 | Декабрь, неделя 4 | «Итоги полугодия: интеграция экзистенциального опыта» |

**II ПОЛУГОДИЕ. Тема: «Профессиональное и личностное самоопределение»**

| № | Период | Тема занятия |
|---|---|---|
| 1 | Январь, неделя 3 | «Жизненные сценарии — судьба или выбор?» |
| 2 | Февраль, неделя 2 | «Кризисы как точки роста и трансформации» |
| 3 | Март, неделя 2 | «Любовь, одиночество, отношения: экзистенциальный взгляд» |
| 4 | Март, неделя 4 | «Призвание и профессиональное самоопределение» |
| 5 | Апрель, неделя 3 | «Экзистенциальные ресурсы личности» |
| 6 | Май, неделя 1 | «Итоговая рефлексия: Я — автор своей жизни» |
| 7 | Май, неделя 3 | «Презентация проектов личностного роста» |
| 8 | Май, неделя 4 | «Завершающая сессия: церемония перехода» |

Особенности реализации: занятия по 60–90 минут, группы 10–15 человек, преобладание дискуссий, кейсов, проектной работы и письменной рефлексии; активная интеграция философских и литературных текстов, биографий и реальных кейсов.

Программа гибко интегрируется во внеурочную деятельность: возможны индивидуальные консультации, онлайн-поддержка, учет периодов аттестации и индивидуальных образовательных траекторий.

**Ожидаемые результаты**

**Для участников**

- Сформированность авторской позиции по отношению к собственной жизни: понимание себя как активного субъекта, способного влиять на события и нести ответственность за выбор.
- Развитие смысловой сферы: наличие личностно значимых целей, способность находить смысл в учебе, общении, творчестве, осмысленное отношение к жизненной перспективе.
- Укрепление ценностных ориентаций: приоритет саморазвития, познания, ответственности, осознанное отношение к семейным ценностям и межличностным отношениям.
- Развитие рефлексивных способностей и эмоционально-волевой регуляции, снижение тревожности, повышение стрессоустойчивости и навыков конструктивного взаимодействия.
- Повышение социальной активности и адаптации: готовность к социальным инициативам, умение работать в команде, снижение дезадаптивных проявлений.

**Для родителей и педагогов**

- Повышение психолого-педагогической компетентности в области экзистенциального развития детей и подростков.
- Сформированность поддерживающей позиции: готовность создавать зону ближайшего развития, развивать самостоятельность ребенка, уход от гиперопеки и жестко авторитарных практик.
- Гармонизация отношений с детьми, развитие навыков конструктивного общения и создания доверительной атмосферы.

**Оценка эффективности**

Система оценки включает количественные и качественные критерии. Количественная оценка основана на стандартизированных методиках, подобранных по возрастным группам (диагностика тревожности, самооценки, саморегуляции, локуса контроля, смысложизненных ориентаций и ценностных приоритетов) и проводится трижды: на входе, в середине и по завершении программы. Качественная оценка включает наблюдение, анализ продуктов деятельности (эссе, дневники, проекты), опросы участников, родителей и педагогов, анализ статистических данных образовательной организации. Совокупность данных позволяет оценить динамику личностного роста и становления позиции автора собственной жизни.

**Организационные и ресурсные условия**

Для реализации программы необходим педагог-психолог с подготовкой в области экзистенциальной психологии и логотерапии, владеющий рефлексивными и групповыми методиками, а также супервизор для профессиональной поддержки. Требуется психологическое помещение, базовое

мультимедийное оборудование, арт-материалы, метафорические карты и доступ к цифровым ресурсам. Важным условием является поддерживающая образовательная среда и сотрудничество с администрацией, социальным педагогом и семьей.

**Этические аспекты и ограничения**

Программа реализуется на принципах добровольности, информированного согласия, конфиденциальности и приоритета психологической безопасности участников. Предусмотрены протоколы действий при возникновении дистресса и выявлении суицидального риска, взаимодействие с администрацией и профильными службами. Программа не предназначена для детей с острыми психическими расстройствами и требует адаптации для инклюзивных групп; эти ограничения согласуются с действующими нормативными документами.

## Заключение

Программа представляет собой целостную модель психолого-педагогического сопровождения экзистенциального развития школьников, объединяющую теоретическую глубину и практическую технологичность. Сквозная возрастная траектория, модульная структура, развитая система диагностики и календарно-тематическое планирование позволяют использовать её как эффективный инструмент формирования у детей и подростков позиции автора собственной жизни, основанной на свободе, ответственности, смысле и ценностном отношении к себе и другим.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2330**

# Программы психологической коррекции поведения и нарушений в развитии обучающихся

## Модель психологической помощи детям подросткового возраста, столкнувшимся с травлей

**I место**

**Автор — победитель Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Тихонова Екатерина Николаевна,*** *педагог-психолог Селивановского филиала ГАУ ВО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», Владимирская область*

Главный закон страны — Конституция Российской Федерации — во второй главе устанавливает равенство прав и свобод человека независимо от таких характеристик, как пол, национальность, религия, убеждения и прочее. Она запрещает любые формы дискриминации, а также создание организаций, деятельность которых направлена на свержение конституционного порядка, подрыв территориальной целостности и разжигание ненависти. Никто не должен подвергаться пыткам, насилию, другому жестокому или унижающему человеческое достоинство обращению или наказанию.

Травля становится все более распространенным явлением в наших школах и может стать проблемой для многих детей. Эмоциональное благополучие, социальная активность и академическая успеваемость нередко ухудшаются из-за издевательств и насмешек, с которыми они сталкиваются. Практически в каждом классе есть ученики, которые становятся объектом насмешек и открытых издевательств. Школьная травля не является чем-то уходящим и преходящим: боль и унижение часто продолжаются по нескольку лет, а то и до окончания школы. Наибольшее внимание в работе по профилактике травли следует уделять подросткам, поскольку именно в этом возрасте разыгрываются серьезнейшие драмы. Бурные переживания, интенсивный физический рост и нарастающий груз ответственности становятся существенными факторами, провоцирующими травлю.

Когда подростки попадают в кризисную психотравмирующую ситуацию, они не всегда осознают смысл происходящего. Они фиксируют свое эмоциональное состояние и переживания, но не могут самостоятельно отреагировать на них и преодолеть их. Таким образом, для эффективного преодоления кризиса подросткам необходима квалифицированная помощь специалистов. Исходя из вышеизложенного, становится очевидной значимость проблемы травли в школах. Разработка модели психологической помощи представляется крайне важной. Это поможет не только самим детям, но и всему школьному сообществу создать более безопасную и поддерживающую среду.

### Цель и задачи программы

***Цель* модели** психологической помощи — создание комплексного и эффективного подхода для детей подросткового возраста, столкнувшихся с травлей, позволяющего добиться максимального результата в улучшении эмоционального состояния, преодолении трудностей в общении и социальной адаптации.

***Задачи* модели** психологической помощи:

1. Проведение диагностики эмоционального состояния и выявление основных проблем, препятствующих социальной интеграции ребёнка.
2. Постановка целей и конкретных задач для дальнейшей работы.

3. Разработка индивидуальной стратегии психологической поддержки.
4. Мониторинг динамики изменений в эмоциональном состоянии и межличностных отношениях для коррекции подходов на основе полученных данных.

Обязательные условия для взаимодействия между педагогом и подростком:

- Создание безопасной и доверительной атмосферы, где ребёнок может открыто делиться своими переживаниями и эмоциями.
- Принятие индивидуальности ребёнка, проявление чуткости и эмпатии.
- Активное слушание: педагог должен уметь задавать уточняющие вопросы, которые помогут ребенку глубже осознать свои чувства и переживания.
- Использование нестандартных форм (игровых методов и творческих заданий), что позволит ребёнку выразить свои эмоции и переживания.

Эффективная психологическая помощью детям подросткового возраста, столкнувшимся с травлей — это содействие в улучшении эмоционального состояния ребёнка, преодоление трудностей в общении и социальной адаптации, а также предоставление возможностей для поиска приемлемых вариантов поведения, удовлетворяющих не только окружающих, но и его самого.

**Целевая группа, которой адресована программа (технология)**

Модель психологической помощи предназначена для подростков в возрасте от 12 до 17 лет, переживающих последствия психотравмирующих ситуаций и жестокого обращения.

**Структура и содержание программы (технологии)**

Модель психологической помощи включает в себя несколько этапов:

В качестве первого и обязательного этапа представленной модели выступает диагностический этап. Только четкое понимание того, на что будет направлено внимание на **диагностическом этапе** (что изучать, как изучать, для чего изучать), позволит управлять процессом психологической помощи. Разработан диагностический комплекс, который позволит ребенку самостоятельно изучить и внимательно рассмотреть, что происходит с ним и вокруг него. На разных этапах работы меняется только объект рассмотрения: совместное изучение социальной среды подростка, анализ процесса взаимодействия подростка со сверстниками, изучение внутреннего мира ребенка, оценка социальных навыков и выявление его слабых сторон, а также углубленная оценка личностных особенностей ребенка.

На этапе **постановки целей** важно привлечь самого ребенка к этому процессу, что увеличивает мотивацию и ответственность за собственное развитие. На этом этапе решаются две важные задачи: формулировка конкретных, как краткосрочных, так и долгосрочных целей, и определение ресурсов и поддержки, необходимых для их достижения.

Главная задача **практического этапа** — проведение занятий с активным вовлечением ребенка в этот процесс. Все занятия подбираются исходя из анализа данных первого и второго этапов и про-

думываются индивидуально под каждого ребенка, с учетом его личностных особенностей, эмоционального состояния и наличия трудностей в общении и социальной адаптации.

Занятия проводятся два раза в неделю. Модель психологической помощи предполагает возможность использования гибкого подхода к организации занятий с детьми подросткового возраста, столкнувшимися с травлей. Особенности построения модели психологической помощи позволяют изменять количество занятий в зависимости от результатов углубленной диагностики, индивидуальных особенностей детей, их потребностей и возможностей, что позволяет более эффективно и быстро достигать поставленных целей.

На каждом занятии используется авторская рабочая тетрадь, которая помогает лучше оценить ситуацию. В рабочую тетрадь включены упражнения и задания, направленные на проработку темы. Это позволяет осмыслить свои переживания, сформулировать мысли и найти пути решения проблемы.

Также на занятиях применяются нетрадиционные техники работы, такие как психологические игры, работа с метафорическими ассоциативными картами и арт-терапия. Эти методы являются мощным инструментом для самопознания, способствующим раскрытию эмоций и мыслей.

Значимым элементом работы на **аналитическом этапе** является мониторинг результатов совместной деятельности, а также прогнозирование новых целей и задач, которые ставятся вместе с ребёнком.

**Учебно-тематический план**

| № | Название тем | Всего часов | В том числе | | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | теоретич | практич. | |
| Этап 1. **Психологическая диагностика.** | | | | | |
| 1 | Рассмотрение социальной среды подростка. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 2 | Анализ процесса взаимодействия ребёнка со сверстниками. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 3 | Изучение внутреннего мира ребёнка. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 4 | Оценка социальных навыков и выявление его слабых сторон. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 5 | Углубленная оценка личностных особенностей ребёнка. | 2 | | 2 | Бланки методик |
| **Всего занятий** | | **6** | | | |
| 2 этап. **Постановка целей.** | | | | | |
| 3 этап. **Практический.** | | | | | |
| **1 Модуль. Развитие социальных навыков.** | | | | | |
| 1.1 | Агрессия и гнев. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 1.2 | Самоконтроль. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 1.3 | Как научится понимать друг друга. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |

| № | Название тем | Всего часов | В том числе | | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | теоретич | практич. | |
| 1.4 | Секреты сотрудничества. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 1.5 | Навыки эффективного общения. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| **Всего занятий** | | **7** | | | |
| **2 Модуль. Эмоциональное равновесие: преодоление тревожности и депрессивных состояний.** | | | | | |
| 2.1 | Волнение и тревога. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 2.2 | Моя тревога. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 2.3 | Покой внутри тебя. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 2.4 | Моё настроение. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 2.5 | Выход есть. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| **Всего занятий** | | **8** | | | |
| **3 Модуль. Развитие эмоционального интеллекта.** | | | | | |
| 3.1 | Понимание своих эмоций. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 3.2 | Управление своими эмоциями. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 3.3 | Понимание эмоций других людей. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 3.4 | Управление эмоциями других людей. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| **Всего занятий** | | **8** | | | |
| **4 Модуль. Мои границы.** | | | | | |
| 4.1 | Я и мои границы. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 4.2 | Моя территория. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 4.3 | Я и мир вокруг меня. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 4.4 | Навыки установления границ. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |

| № | Название тем | Всего часов | В том числе | | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | теоретич | практич. | |
| 4.5 | Итоговое воплощение. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| | **Всего занятий** | **8** | | | |
| **5 Модуль. Работа с самооценкой.** | | | | | |
| 5.1 | Моя самооценка. | 2 | 1 | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 5.2 | Я и мои качества. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 5.3 | Самого себя любить. | 2 | | 2 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 5.4 | Я и мои достижения. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| 5.5 | Рефлексия. | 1 | | 1 | Анализ действий и рефлексивных высказываний ребёнка, наблюдение, рабочая тетрадь |
| **Всего занятий** | | **7** | | | |
| **4 этап. Аналитический.** | | | | | |

В завершение совместной работы с ребёнком составляются рекомендации для родителей детей подросткового возраста, столкнувшихся с травлей.

Каждое занятие имеет следующую структуру:

*1. Вводная часть.*

Цель: актуализация темы текущего занятия и выявление ожиданий; создание доброжелательной и продуктивной атмосферы для дальнейшей работы.

*2. Основная часть.*

Цель: формирование новых представлений (теоретическая часть, ответы на вопросы или совместное обсуждение возникающих проблем и т.д.).

Основные виды упражнений: дискуссия на тему занятия, упражнения на овладение навыком, «мозговой штурм» и др.

Кроме основных упражнений, обязательно предлагаются игры-энергизаторы, которые проводятся по мере необходимости для снятия усталости, напряжения или для настройки на работу.

*3. Завершающая часть.*

Цель: обсуждение итогов работы по теме занятия, получение обратной связи от подростка, предоставление возможности выразить чувства, мысли, переживания, возникшие в ходе занятия.

**Ожидаемые результаты реализации программы (технологии)**

Ожидаемые результаты (количественные и качественные) реализации модели психологической помощи ориентированы, прежде всего, на:

1. Снижение негативных психологических факторов:

- Ожидается уменьшение тревожности, депрессивных состояний и подавленности у подростков, что приведет к более стабильному эмоциональному состоянию.
- Подростки овладеют приемами саморегуляции, что позволит им более эффективно управлять своими эмоциями и реакциями на стресс.
- Модель помощи будет способствовать снижению чувства изоляции и одиночества, а также уменьшению агрессивности, что укрепит их социальные связи.

2. Формирование психологической готовности:

- Повышение самооценки поможет подросткам стать увереннее в себе и своих силах.
- Ожидается улучшение навыков управления стрессом и разрешения конфликтов, что позволит подросткам успешнее адаптироваться к различным жизненным ситуациям.
- Развитие навыков анализа социальных ситуаций приведет к более осознанному и адекватному реагированию на взаимодействие со сверстниками.

3. Улучшение социальных взаимодействий:

- Психологическая помощь будет способствовать гармоничному взаимодействию подростков со сверстниками, формируя умение устанавливать и поддерживать дружеские отношения.
- Ожидается, что подростки станут более открытыми к новым знакомствам и активными в социальных группах.

4. Сбалансированное эмоциональное состояние:

- Улучшение способности справляться со стрессом и контролировать собственные эмоции позволит подросткам лучше адаптироваться к изменчивым социальным условиям.
- Модель психологической помощи поможет подросткам научиться находить и использовать ресурсы для преодоления трудностей, что укрепит их внутреннюю устойчивость и уверенность.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2338**

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие саморегуляции у обучающихся с проявлениями дезадаптивного поведения «ВБалансе»

**II место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Тетерина Ольга Федоровна,*** *педагог-психолог отдела развития психологической службы в образовании и службы медиации ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» г. Екатеринбург*

***Шинкун Елена Валентиновна,*** *методист отдела профилактики рискованного поведения несовершеннолетних и организации социально-психологического тестирования ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» г. Екатеринбург*

По виду/направленности программа относится к **коррекционно-развивающим психолого-педагогическим программам** и нацелена на коррекцию проявлений дезадаптивного поведения через развитие произвольной саморегуляции.

**Актуальность** программы обусловлена наблюдаемыми трудностями адаптации обучающихся подросткового возраста к образовательным условиям общеобразовательных организаций среднего и старшего звена ввиду несформированности саморегуляции.

Программа может применяться для следующих **целевых групп**:

- дети, испытывающие трудности в обучении;
- дети, нуждающиеся в особом внимании в связи с высоким риском уязвимости, испытывающие трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.

**Содержание деятельности** базируется на развитии основных психических сфер личности подростка:

- познавательной (формирование абстрактного мышления, расширение временной перспективы, развитие речи, внимания, памяти, воображения);
- эмоционально-волевой (умение различать, принимать свои/чужие чувства и эмоции, контролировать их проявление);
- коммуникативной (развитие навыков общения со взрослыми и сверстниками);
- мотивационно-потребностной (самосознание, самооценка, Я-концепция, направленность личности).

Одновременно с этим программа нацелена на развитие у подростков умений:

- ставить перед собой цели;
- моделировать значимые условия их достижения;
- программировать действия по достижению цели;
- оценивать результаты и вносить необходимые коррективы в деятельность.

**Отличительной особенностью** программы является наличие совокупности приемов и упражнений, направленных на развитие волевой саморегуляции и произвольности психических процессов.

### Цель и задачи программы

**Цель** программы: развитие процессов саморегуляции личности подростков с проявлениями дезадаптивного поведения.

**Задачи:**

1. Актуализация навыков владения вестибулярным ап/паратом, моторной ловкости и координации движений, концентрации внимания.
2. Развитие умения ставить перед собой цели.
3. Развитие умения моделировать значимые условия достижения целей.
4. Развитие умения программировать действия по достижению цели.
5. Развитие умения оценивать результаты и вносить необходимые коррективы в деятельность.
6. Развитие психологической гибкости, а также таких личностных характеристик, как надежность и настойчивость.

### Описание используемых методик, технологий

*Психодиагностический инструментарий:*

- изучение особенностей социально-психологической адаптации по методике СПА Роджерса, Даймонда в модификации А. Осницкого: https://psytests.org/classic/rogersB-run.html?ysclid=ltbjym9ivb789358985.
- изучение стиля саморегуляции поведения по опроснику В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ 2020»: Вопросы психологии. 2020 Т. 66 № 4.

*Коррекционно-развивающие, педагогические методы*

Активным методом обучения, используемым на занятиях, является тренинг. Применяется мини-лекция с обсуждением и использованием вспомогательных технических средств для визуализации лекционного материала.

Круг. Данный прием способствует включению каждого подростка в дискуссию, формирует групповую сплоченность и доверие. Большинство упражнений начинается и заканчивается в круге, что позволяет всем участникам внести свой вклад в групповой процесс. У ведущего, в свою очередь, появляется возможность оценивать степень включенности участников, услышать каждого и внести своевременные коррективы в работу.

Тестирование. Тестовый материал, используемый в программе, позволяет не только выявить уровень группы до и после прохождения программы, но и подкрепляет имеющиеся знания, дает дополнительную информацию, обогащающую знания.

Групповая дискуссия. Это метод организации общения участников группы под руководством ведущего. Групповая дискуссия предполагает высказывание собственных мнений, опирающихся на личные знания и опыт. Она позволяет:

- увидеть проблему с разных сторон;
- повысить эффективность работы;
- уточнить личную точку зрения каждого.

Мозговой штурм. Мозговой штурм дает возможность не только быстро генерировать большое количество идей, но и позволяет психологу:

- включить всех учащихся в работу;
- демократично и ненавязчиво обсудить проблемные вопросы;
- выявить уровень знаний и интересы учащихся.

Самодиагностика. Часть материала направлена на активизацию процессов самопознания и самоанализа, дает дополнительную информацию для ведущего.

Рефлексия. Многие задания в программе предполагают применение техники рефлексии. Данная техника может использоваться гибко: в одних заданиях она позволяет участникам обдумывать

свою личную позицию, не делясь своими размышлениями с окружающими, в других — служит инструментом групповой оценки задания.

Энергизаторы. Это своего рода качели, которые помогают поддерживать в равновесии положительную энергию в группе на протяжении всего занятия. По своему характеру энергизаторы имеют разную направленность: при снижении работоспособности и утомлении участников. проводится подвижный энергизатор. Если же, наоборот, группа возбуждена (например, после групповой дискуссии) — проводится упражнение на успокоение.

Также для повышения эффективности в программе используются техники медитации, дыхательные техники — для гармонизации психоэмоционального состояния участников. В работе задействованы также техники арт-терапии: рисунок, коллеж, в том числе в формате групповой работы. Для иллюстрации актуальных ситуаций используются фрагменты художественных и мультипликационных фильмов. Одним из элементов программы, направленных, в том числе, на повышение командной сплоченности, являются настольные игры.

**Перечень и описание программных мероприятий**

Программа включает в себя 34 занятия, продолжительность каждого занятия 1 академический час, рекомендованная частота проведения не менее 2 раз в неделю.

На первом этапе («Подготовительном) осуществляется входная психодиагностика, происходит знакомство участников группы, проводятся мероприятия по сплочению коллектива и снятию эмоционального напряжения, актуализируются навыки владения вестибулярным ап/паратом, моторной ловкости и координации движений, концентрации внимания.

В ходе занятий второго этапа («Основного») осуществляется развитие и закрепление навыков планирования целей, моделирования значимых условий достижения целей, программирования действий, оценивания результатов, развитие психологической гибкости, надежности и настойчивости в достижении цели.

На третьем этапе («Заключительном») проводится контрольная психодиагностика, подводятся итоги работы, принимается обратная связь от участников.

Каждое занятие включает в себя приветствие, обсуждение ожиданий от занятия, мероприятия по снятию эмоционального напряжения, разминку, основное упражнение, возможен просмотр отрывка художественного фильма с обсуждением по теме занятия или настольная игра с правилами, обратную связь.

**Учебно-тематический план**

| № п/п | Этап, тема встречи. | Цели, задачи | Содержание занятий | Методы проведения занятия | Кол-во Часов |
|---|---|---|---|---|---|
| Этап 1. Подготовительный | | | | | 1 |
| 1. | Знакомство участников | Создание комфортных условий для дальнейшего взаимодействия участников группы | Знакомство.<br>Упражнение «Три факта обо мне».<br>Упражнение: «Орех».<br>Психодиагностика.<br>Формулирование правил группы | Тренинг | 1 |
| 2. | Сплочение группы | Сплочение группы как единого коллектива, снятие эмоционального напряжения | Комплекс активностей на сплочение.<br>Просмотр отрывка художественного фильма.<br>Настольная игра | Тренинг | 1 |

| № п/п | Этап, тема встречи. | Цели, задачи | Содержание занятий | Методы проведения занятия | Кол-во Часов |
|---|---|---|---|---|---|
| 3.<br>4. | Я-ловкий! | Актуализация навыков владения вестибулярным аппаратом, моторной ловкости и координации движений | Упражнения: «Скалолаз», «Запретные цифры», «Летел лебедь», «Крупяные мешочки», «Теннисные мячики», «Сенсомоторные взаимодействия» | Тренинг | 2 |
| 5.<br>6. | Я -внимательный! | Актуализация навыков концентрации и удержания внимания | Упражнение «Тест Струпа». Комплекс активностей на развитие внимания | Тренинг | 2 |
| Этап 2. Основной | | | | | |
| 7. | Что значит для меня ЗОЖ | Развитие надежности как личностной характеристики | Упражнения: «Внимательный», «Какой он человек, ведущий ЗОЖ» | Тренинг | 1 |
| 8. | Закрепление знаний о ЗОЖ | Развитие надежности как личностной характеристики, закрепление навыков, полученных на прошлом занятии | Упражнения: «Запретное движение», «Мои достижения на пути ЗОЖ», «Примеры сильной воли» | Тренинг | 1 |
| 9. | Состояние баланса | Развитие навыка планирования целей | Упражнения «Выдели существенное», «Колесо баланса» | Тренинг | 1 |
| 10. | Достигаем баланс | Развитие навыка планирования целей | Упражнения: «Растяжки», «Колесо баланса» | Тренинг | 1 |
| 11. | Искусство маленьких шагов | Закрепление навыка планирования цели, программирования действий по ее достижению | Упражнения: «Соревнование улиток», «Объясни другому», медитация «Маяк» | Тренинг | 1 |
| 12. | Искусство маленьких шагов | Закрепление навыка планирования цели, программирования действий по ее достижению | Упражнения: «Ракета на взлет», «Ментальная карта» | Тренинг | 1 |
| 13. | Я умею преодолевать трудности | Развитие навыка удержания цели | Упражнения: «Пословицы», «Моя трудность» | Тренинг | 1 |
| 14. | Я умею преодолевать трудности | Закрепление навыка удержания цели | Упражнения: «Мост через пропасть», «Я могу сказать: «Нет» | Тренинг | 1 |
| 15.<br>16. | Мастер планирования | Развитие навыка планирования действий по достижению цели | Упражнения «Инопланетное послание», «Составь план» | Тренинг | 2 |
| 17.<br>18. | Эмоции: какие они бывают, зачем нужны | Развитие навыка моделирования значимых условий достижения целей | Упражнения «Назови свое актуальное эмоциональное состояние», «Порадуй подарком», «Две правды и одна ложь», «Благодарности», просмотр и обсуждение м/ф, настольная игра | Тренинг | 2 |

| № п/п | Этап, тема встречи. | Цели, задачи | Содержание занятий | Методы проведения занятия | Кол-во Часов |
|---|---|---|---|---|---|
| 19. 20. | Учимся справляться с эмоциями | Развитие навыка моделирования значимых условий достижения целей, развитие надежности | Упражнения: «Какого цвета», «Вопросы на бумажках», «В чем мне повезло», «Поделись историей своей эмоции», «Техники эмоционального самоконтроля», «Война и мир», «Слушаю и слышу», «Антиконфликтные правила», «Правило 4 секунд» | Тренинг | 2 |
| 21. | Тренинг «Морское путешествие» | Развитие элементов осознанной саморегуляции | Упражнения «Моя роль на корабле», «Составляем план», «Внештатная ситуация», «Карта эмоциональных островов» | Тренинг | 1 |
| 18. | Преодоление экватора | Закрепление результатов предыдущего занятия по развитию элементов осознанной саморегуляции | Комплекс активностей на закрепление результатов предыдущего занятия по развитию элементов осознанной саморегуляции | Тренинг | 1 |
| 19. | Как взаимо-отношения с окружающими влияют на мою жизнь | Закрепление навыка моделирования значимых условий достижения цели | Психодиагностика типа поведения в конфликте по Томасу, упражнения ««Мои социальные круги», «Именинный пирог» | Тренинг | 1 |
| 20. | Как взаимо-отношения с окружающими влияют на мою жизнь | Закрепление навыка моделирования значимых условий достижения цели | Комплекс активностей на закрепление навыка моделирования значимых условий достижения цели | Тренинг | 1 |
| 21. | Мои секреты успеха | Развитие навыков постановки цели, программирования действий по ее достижению, моделирование значимых условий достижения целей | Упражнения «Фруктовый смузи», задание «Как стать счастливым» | Тренинг | 1 |
| 22. 23. | Как взаимо-отношения с окружающими влияют на мою жизнь | Закрепление навыка моделирования значимых условий достижения цели | Психодиагностика, «упражнения: «Мои социальные круги», «Именинный пирог», просмотр и обсуждение м/ф | Тренинг | 2 |
| 24. | Мои секреты успеха | Закрепление навыков постановки цели, программирования действий по ее достижению, моделирование значимых условий достижения целей | Упражнение — энергизатор, задание «Как стать душой компании», просмотр и обсуждение фильма | Тренинг | 1 |

| № п/п | Этап, тема встречи. | Цели, задачи | Содержание занятий | Методы проведения занятия | Кол-во Часов |
|---|---|---|---|---|---|
| 25.<br>26. | Право на ошибку | Развитие навыка постановки и удержания цели в совокупности с умением оценивать результат и вносить коррективы в деятельность | Упражнения «Подводим итоги без сожаления», «Пять почему», «Загляните внутрь», «Всегда есть выход», притча, «Мой журнал позитива», «Письмо будущему себе» | Тренинг | 2 |
| 27.<br>28. | Сила командного духа | Закрепление навыков постановки цели, программирования действий по ее достижению, моделирование значимых условий достижения целей | Упражнения «Покажи всей командой», «Поезд», работа с МАК «Подростки», психологическая викторина | Тренинг | 2 |
| 29. | Что я знаю о психологической гибкости | Развитие психологической гибкости в процессе совместной деятельности | Упражнения «Рисуем вдвоем», «Рассказ от первого лица», «Сделай по-другому» | Тренинг | 1 |
| 30.<br>31. | Гибкость мышления — залог успеха в достижении цели | Закрепление навыка проявления психологической гибкости в процессе совместной деятельности | Упражнение «Все делаем синхронно», задания на логику и сообразительность, «Метод шести шляп» | Тренинг | 2 |
| 32.<br>33. | Учимся преодолевать конфликты | Развитие навыков достижения цели с учетом значимых условий, эмоционального самоконтроля | Упражнение «Добавь от себя», групповые дискуссии, просмотр и обсуждение м/ф, разбор ситуаций | Тренинг | 2 |
| Этап 3. Заключительный | | | | | 1 |
| 34. | Заключительная встреча | Завершение курса, подведение итогов, получение обратной связи. | Упражнение «Ладошки добра», составление коллажа, контрольная психодиагностика, получение обратной связи | Тренинг | 1 |

Подробные конспекты занятий представлены в Приложении 3 к полной версии Программы.

**Научно-методологическое обеспечение**

Научно-методологической основой программы являются идеи и принципы культурно-исторической теории Л.С. Выготского; теории деятельности А.Н. Леонтьева; структурно-генетической концепции Б.Г. Ананьева; субъектного подхода С.Л. Рубинштейна, а также — системно-функциональный подход О.А. Конопкина, дифференциальное рассмотрение проблемы саморегуляции В.И. Моросановой и концептуальная модель регуляторного опыта человека А.К. Осницкого. Ряд элементов занятий базируются на теоретических положениях и практических наработках в области нейропсихологии (А.Р. Лурия, Т.В. Ахутина, Ж.М. Глозман, А.В. Семенович).

Конкретные материалы представлены в списке источников.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

В качестве ожидаемых результатов реализации программы прогнозируется достижение такого уровня социально-психологической адаптации, которая позволяла бы подростку осуществлять гармоничную жизнедеятельность в обществе, на основе объединения необходимости соответствовать требованиям социума и собственных потребностей, мотивов и интересов.

Качественная оценка исследуемых признаков осуществляется путем применения методов наблюдения, самонаблюдения, итогового анкетирования.

Параметрами оценки могут являться: повышение уровня психологических знаний о самом себе и окружающих; формирование позитивного образа «Я»; повышение коммуникативной культуры; возможность проявлять психологическую гибкость в новых ситуациях; уверенное поведение; проявления самоконтроля; осознание причин и следствий поступков своих и окружающих людей.

**Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

*Требования к специалистам*

Программу реализует педагог-психолог, социальный педагог, учитель (один или в паре). Для эффективной реализации представленной программы педагоги-психологи, реализующие программу должны:

- обладать достаточным практическим опытом в области психолого-педагогического сопровождения детей подросткового возраста, владеть современными психолого-педагогическими технологиями, знать психологические особенности возраста, в том числе особенности детей с ОВЗ;
- иметь опыт организации и проведения групповых занятий с использованием интерактивных методов образования (деловые и имитационные игры, кейс-обучение, различные варианты дискуссий, и т.д.);
- владеть современными ИКТ-технологиями.

Программа может быть реализована специалистом, способным занимать позицию значимого взрослого, наставника, тренера, который управляет дискуссией, следит за ходом практической работы, активизирует и побуждает обучающихся к активной деятельности.

*Требования к материально-технической оснащенности организации для реализации программы*

Материально-технические условия обеспечения реализации программы

включают:

1) Учебный кабинет для проведения групповых занятий с возможностью организации тренингового режима занятий (стулья по кругу, отсутствие препятствий для открытого общения), с участниками программы площадью 35 кв.м.

2) Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству участников программа (столы, стулья);
- рабочее место преподавателя (стол, стул);
- доска для записей, флипчарт.

3) Технические средства обучения:

- мультимедийное оборудование (интерактивная доска, проектор, экран);
- персональный компьютер с доступом к сети Интернет.

4) Компьютерные программы, платформы и приложения, установленные на персональном компьютере (для демонстрации мультимедийного ряда, презентаций, видеофильмов, проведения вебинара и пр.);

- принтер для возможности обеспечения участников программы печатной продукцией.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2340**

# Психолого-педагогическая коррекционно-развивающая программа снижения тревожности у детей дошкольного возраста «Волшебный чемодан спокойствия»

**III место**

**Автор — призер Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Ткаченко Кристина Владимировна,*** *педагог-психолог МБДОУ детский сад №17 комбинированного вида, г. Орел*

***Руденская Оксана Николаевна****, методист МБДОУ детский сад №17 комбинированного вида, г. Орел*

Специалисты в области психологии и педагогики отмечают устойчивый рост числа детей дошкольного возраста с признаками повышенной тревожности. Это явление отражает общую тенденцию: современные дети растут в условиях информационной перегруженности, высокой динамики социальных изменений и возросших требований. Уже в дошкольном возрасте ребёнок сталкивается с необходимостью адаптироваться к социальным ролям, нормам и правилам, что нередко сопровождается эмоциональными трудностями. Тревожность как личностное качество проявляется в повышенной чувствительности к происходящему, ожидании неблагоприятного исхода ситуации, неуверенности в собственных силах. Актуальной становится разработка и внедрение программы снижения тревожности у дошкольников, которая создает условия для эмоционального благополучия, укрепления психического здоровья и успешной адаптации ребёнка к социальным условиям.

Проблемная ситуация: увеличение случаев тревожных расстройств среди дошкольников, что связано с различными стрессовыми факторами, такими как изменения в семейной среде, влияние современных технологий и социальные условия. Высокий уровень тревожности может негативно сказаться на эмоциональном, социальном и когнитивном развитии детей, что делает важным своевременное вмешательство для предотвращения долгосрочных последствий. Дошкольный возраст является критическим периодом для формирования эмоционального интеллекта и социальных навыков. Программа может предоставить детям необходимые инструменты для управления своими эмоциями и взаимодействия с окружающими. Ранняя работа с тревожностью может предотвратить развитие более серьезных психических проблем в будущем, что подчеркивает важность внедрения таких программ в образовательные учреждения.

Программа адресована педагогам-психологам и воспитателям дошкольных учреждений, специалистам службы сопровождения ДОО, может быть использована как в индивидуальной, так и в групповой форме работы. Конкретные типы проблем, на решение которых направлена программа: тревожность, мнительность, недоверие, психологическая защита в виде негативизма, избегания, агрессии.

**Цель программы** — снижение уровня тревожности у детей дошкольного возраста и формирование у них положительного эмоционального опыта через игровые и развивающие практики.

**Задачи программы:**

1. Снизить уровень тревожности у детей через игровые и творческие методы.
2. Сформировать навыки элементарной саморегуляции (дыхательные практики, телесные упражнения, ритуалы спокойствия).
3. Развить способность распознавать и выражать собственные эмоции адекватным способом.

4. Обогатить социальный опыт детей через совместные игровые ситуации, способствующие развитию уверенности и доверия.
5. Создать условия для укрепления эмоционального благополучия и успешной адаптации ребёнка в детском саду.

**Длительность реализации —** 2–3 месяца.

**Этапы реализации**

Этапы программы:

1. Организационно-диагностический этап.

- Входная диагностика уровня тревожности
- Составление группы детей с проявлениями повышенной тревожности.
- Создание условий (подготовка «Чемодана спокойствия», организация пространства для занятий).
- Инструктаж педагогов и родителей (законных представителей) по поддержке ребёнка в ДОУ и домашних условиях.

2. Основной этап — цикл коррекционно-развивающих групповых и индивидуальных занятий.

3. Заключительный этап

- Итоговая диагностика уровня тревожности детей.
- Сравнительный анализ результатов.
- Итоговое занятие-праздник «Мы нашли ключик к спокойствию!» с игровыми заданиями, инсценировками и вручением символических «ключиков спокойствия».

**Описание психодиагностического инструментария**

Для входной диагностики и отбора детей для участия в программе считаем достаточным применения 2-х методик:

1. Проективный тест тревожности предназначен для исследования характерной для ребенка 3–7 лет тревожности в типичных для него жизненных ситуациях. Авторы: R. Temple, M. Dorkey, E. Amen, адаптация: В.М. Астапов, Л.А. Ясюкова.
2. Опросник на определение уровня тревожности у детей (Г.П. Лаврентьева и Т.М. Титаренко).

В целях углубленной диагностики и определения вариантов помощи ребенку могут быть использованы методики:

1. Тест «Сказка» (Л. Дюсс).
2. Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса)
3. Шкала тревожности у дошкольников (SACS в версии для дошкольников).

**Методики, методы и технологи, применяемые в программе**

- игротерапия
- арттерапия
- сказкотерапия
- телесно-ориентированные и сенсомоторные методы
- музыкотерапия
- драматерапия

**Методика применения «Чемодана спокойствия»**

Программа получила своё название не случайно: «чемодан спокойствия» — это метафора внутреннего ресурса ребёнка, который он «носит с собой» и может открывать, когда ему тревожно, грустно или страшно. Чемодан символизирует личное пространство безопасности, устойчивости и саморегуляции.

«Волшебный чемодан спокойствия» — это индивидуальный или групповой набор предметов, символов, помогающие ребенку освоить навыки саморегуляции и уверенности в себе. Сам «чемо-

дан» — может быть папкой, коробкой, маленьким чемоданом. Состав чемодан: предметы-символы (перышко, камушек, сердечко, ключик, звёздочка и т.д.), маленькое зеркало, мягкая игрушка, песочные часы.

Каждый элемент «чемодана» помогает ребёнку находить способы справляться с эмоциями, а также развивает осознанность, уверенность и доверие к себе.

В процессе занятий дети наполняют чемодан предметами, символами и приёмами, которые становятся личными инструментами спокойствия.

Структура «чемодана»:

- **Отделение «дыхания»** — карточки с дыхательными приёмами, перышки, шарики, «баночка спокойствия».
- **Отделение «эмоций»** — карточки с выражениями эмоций, зеркальце для мимических упражнений, «радужный круг настроения».
- **Отделение «тела»** — мини-коврик для растяжек, мячики для релаксации, упражнения «котик потянулся», «дерево спокойствия».
- **Отделение «доброты»** — «камни силы» с добрыми словами, письма поддержки, «сердечко дружбы».

**Описание программных мероприятий**

Основной механизм реализации — групповые и индивидуальные коррекционно-развивающие занятия, интегрированные в образовательный процесс ДОУ. При необходимости занятия могут повторяться, если цели их не достигнуты. Продолжительность одного занятия — 20–25 минут.

Структура:

1. Ритуал приветствия, выполняющий функцию установления эмоционально-позитивного контакта со сверстниками.
2. Разминка включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности.
3. Основная часть занятия включает в себя психотехнические упражнения, арт-терапию, релаксационные упражнения и т.д.
6. Обсуждение итогов занятия, рефлексия.
7. Прощание, отработка механизмов расставания.

Элементы программы (дыхательные упражнения, мини-игры, ритуалы спокойствия) могут использоваться в повседневной жизни группы — в утренних кругах, после подвижных игр, перед сном или в моменты эмоционального напряжения. Таким образом, программа становится частью ежедневной профилактической работы по охране психического здоровья дошкольников.

**Тематический план групповых занятий**

| № п/п | Тема занятия | Цель | Основное содержание | Ожидаемые результаты |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Знакомство с волшебным чемоданом спокойствия | Создать атмосферу доверия, познакомить с образом чемодана | Сказка о чемодане, игра «Передай улыбку», выбор символа спокойствия | Формирование доверия, интерес к занятиям |
| 2 | Наши эмоции живут внутри нас | Научить различать эмоции | Карточки-эмоции, игра «Покажи настроение», рисование «Моё лицо» | Различает и называет базовые эмоции |
| 3 | Дышим как шарики | Освоить дыхательные приёмы саморегуляции | Упражнение «Надуваем шарик», «Дуем на перышко», наблюдение за «баночкой спокойствия» | Умение использовать дыхание для успокоения |

| № п/п | Тема занятия | Цель | Основное содержание | Ожидаемые результаты |
|---|---|---|---|---|
| 4 | Котик потянулся — тревога растянулась | Снять телесное напряжение | Телесная гимнастика, релаксация под музыку | Снижение физического зажатия |
| 5 | Сказка о камне спокойствия | Снизить тревожность через сказку и символику | Прослушивание сказки, создание «камня силы» | Уверенность, чувство внутренней опоры |
| 6 | Рисуем тревогу и превращаем её в радость | Преобразовать негативные эмоции в позитивные | Арт-терапия: рисуем тревогу, превращаем в друга | Эмоциональное высвобождение |
| 7 | Волшебные мешочки ощущений | Снять напряжение через сенсорное восприятие | Игры с тканями, крупами, песком, арома-саше | Повышение спокойствия, расслабление |
| 8 | Сундучок спокойных мыслей | Подвести итоги 1-го месяца, закрепить опыт | Коллективное создание сундучка, обмен добрыми словами | Уверенность, чувство группы, позитивное настроение |
| 9 | Волшебные дыхательные помощники | Совершенствовать дыхательные навыки | Игра с перышками, дыхание «Цветок и свеча», релаксация | применение дыхания |
| 10 | Радужное настроение | Развивать способность видеть позитивное | Рисуем «радугу эмоций», обсуждаем, что приносит радость | Формирование позитивного эмоционального фона |
| 11 | Уверенные шаги | Формировать чувство уверенности в себе | Телесные упражнения «Твёрдая походка», игра «Я смелый!» | Развитие уверенности и самооценки |
| 12 | Волшебное зеркало | Учить видеть в себе хорошее | Игра с зеркалом: «Что хорошего я вижу в себе»; коллективная поддержка | Формирование положительного образа «Я» |
| 13. | Мои друзья и я | Развивать навыки общения и доверия | Игры «Комплимент другу», «Передай тепло», обсуждение дружбы | Снижение тревожности при взаимодействии |
| 14 | Путешествие по острову спокойствия | Развивать воображение, закрепить навыки | Сюжетно-ролевая игра-путешествие с заданиями на спокойствие | Применение знаний в игре, уверенность |
| 15 | Когда я злюсь — что мне помогает? | Учить конструктивно выражать эмоции | Упражнения «Топни злость», рисование «Гром и радуга» | Контроль над импульсивность, саморегуляция |
| 16 | «Добрые слова лечат сердце» | Развивать умение выражать позитивные чувства к другим | Игра «Комплимент другу», упражнение «Сердечко доброты» (передают бумажное сердце с добрыми словами); дыхание «Тёплый ветер» | Формируется позитивное отношение к окружающим, повышается самооценка |
| 17 | Я могу помочь другу успокоиться» | Учить детей поддерживать друг друга в трудных ситуациях | Ситуации «друг расстроился» — поиск способов помочь; игра «Передай спокойствие»; релаксация «Лучик дружбы» | Дети проявляют сочувствие, понимают роль поддержки |

| № п/п | Тема занятия | Цель | Основное содержание | Ожидаемые результаты |
|---|---|---|---|---|
| 18 | Мои страхи тают, как снежинки» | Осознать и отпустить страхи, повысить уверенность | Упражнение «Снежинка страха» (дети рисуют страх и «растворяют» его в воде); дыхание «Вдох смелости — выдох страха» | Снижение тревожности, символическое преодоление страхов |
| 19 | Ключик уверенности» | Закрепить образ внутренней силы и уверенности | Сказка о ключике уверенности; создание своего ключика (из картона, пластилина); упражнение «Я могу!» | Формируется вера в свои силы, укрепляется самооценка |
| 20 | «Волшебное дыхание перед сном» | Научить применять дыхательные упражнения для расслабления | Упражнение «Свеча и цветок», релаксация под музыку, создание «домашнего дыхания спокойствия» | Развитие навыков саморегуляции, готовность использовать их дома |
| 21 | «Мой день без тревоги» | Закрепить знания о способах снятия тревожности | Игра «Колесо спокойствия» (дети вспоминают, что помогает им быть спокойными), рисование «Мой день радости» | Осознанность в выборе спокойных действий |
| 21 | Волшебный мост дружбы» | Развивать навыки сотрудничества и взаимопомощи | Совместное творчество — создание моста из бумаги, игра «Построй мост дружбы»; релаксация «Мы вместе» | Повышение чувства принадлежности к группе, доверие |
| 22 | «Мы нашли путь к спокойствию!» (итоговое занятие-праздник) | Подвести итоги, закрепить положительные изменения, создать атмосферу успеха | Повтор ритуалов, игра-путешествие по «станциям спокойствия»; вручение «Ключиков уверенности» и «Дипломов спокойствия» | Снижение тревожности, эмоциональная стабильность, уверенность в себе |

**Тематический план индивидуальных занятий**

| № п/п | Тема занятия | Цель | Основное содержание | Ожидаемые результаты |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Знакомство с волшебным чемоданом спокойствия | Создать атмосферу доверия, познакомить с образом чемодана | Беседа «Что такое спокойствие», знакомство с символами чемодана игра «Передай улыбку», рисунок «Я и моё настроение» | Вовлекается в работу, положительно реагирует на взаимодействие, появляется ощущение безопасности |
| 2 | Мой мир эмоций | Научить различать и выражать эмоции Игра «Угадай настроение», работа с карточками эмоций, арт-упражнение «Какого цвета моя радость/страх» | Игра «Угадай настроение», работа с карточками эмоций, арт-упражнение «Какого цвета моя радость/страх» | Различает базовые эмоции, учится говорить о чувствах |

| № п/п | Тема занятия | Цель | Основное содержание | Ожидаемые результаты |
|---|---|---|---|---|
| 3 | Дышим, как ёжик | Освоить дыхательные приёмы саморегуляции | Игры «Подуй на перышко», «Надуй шарик», дыхание с игрушкой, упражнение «Дышим животиком» релаксация «Тёплое облачко» в гамаках — медленные вдохи и выдохи под музыку | Умеет применять дыхательные приёмы для расслабления, снижает уровень тревожности |
| 4 | Котик потянулся — тревога растянулась | Снять телесное напряжение | Телесные упражнения «Камень и облако», «Кошечка тянется», лёгкий самомассаж ладошек под спокойную музыку, «Кокон спокойствия» (ребёнок заворачивается в одеяло, расслабляется под музыку) | Снижение физического зажатия, появление ощущения телесного комфорта и расслабления |
| 5 | Храброе сердце | Снизить страхи, развить чувство уверенности | Сказка «Храбрый зайчонок», рисование страха и превращение его в героя, упражнение «Я могу» | Осознаёт свои страхи, формирует уверенность в себе |
| 6 | Волшебные слова спокойствия | Научить ребёнка самоподдерживающим фразам | Игра «Слова-помощники» («Я спокоен», «Я всё смогу»), карточки-аффирмации, упражнение «Отпусти тревогу в облако» | Начинает использовать позитивные формулы для самоуспокоения |
| 7 | Моё место спокойствия | Научить ребёнка пользоваться приёмами саморегуляции в «уголке спокойствия» | Ознакомление с уголком, выбор любимых предметов из чемодана, упражнение «Моё дерево силы», создание мини-гамака (плед или ткань между стульями) | Знает, как и где можно успокоиться самостоятельно |
| 8 | Мой волшебный чемодан спокойствия | Подвести итоги 1-го месяца, закрепить опыт | Игра «Собери чемодан спокойствия», обсуждение «Что помогает мне успокаиваться», вручение символа-награды | Демонстрирует снижение тревожности, уверенность и знание способов саморегуляции |

**Ожидаемые результаты реализации программы**

1. Личностные результаты:
   - снижение уровня тревожности
   - формирование положительного эмоционального опыта
   - развитие уверенности в себе и положительного образа «Я»
   - повышение эмоциональной устойчивости и стрессоустойчивости
   - формирование чувства безопасности и доверия к окружающему миру.
2. Эмоционально-регулятивные результаты:
   - освоение элементарных приёмов саморегуляции (дыхательные упражнения, телесные практики, релаксационные техники)
   - умение выражать свои чувства социально приемлемыми способами
   - расширение эмоционального словаря

- снижение количества проявлений тревожного поведения (плаксивость, зажатость, отказ от общения).

3. Социальные результаты:
   - улучшение качества взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
   - развитие коммуникативных навыков (умение договариваться, обращаться за помощью)
   - формирование опыта поддержки и доверительных отношений в группе
   - повышение адаптивности в коллективе детского сада.
4. Когнитивно-деятельностные результаты:
   - рост познавательной активности и включённости в образовательный процесс
   - повышение концентрации внимания и работоспособности
   - формирование навыков конструктивного поведения в трудных ситуациях
   - развитие воображения и творческих способностей
5. Психолого-педагогические результаты:
   - снижение риска закрепления тревожности как устойчивого личностного качества
   - повышение эффективности работы педагога-психолога по профилактике эмоциональных нарушений.

**Критерии оценки планируемых результатов программы**

- выраженность проявлений тревожности. В результате реализации программы должно быть обеспечено снижение проявлений тревожности от первоначального уровня.
- изменения в поведении и деятельности ребёнка. Дети демонстрируют уверенность в себе, снижение возбудимости, раздражительности, проявляют инициативу.
- уровень владения навыками саморегуляции. Дети умеют выражать эмоции приемлемым способами, описывать свое состояние и переживания, произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, отвечать адекватными чувствами.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2339**

# Программа социально-коммуникативного развития дошкольников 5–7 лет с ОВЗ «Я умею общаться»

## Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Миронова Любовь Николаевна,*** *учитель-дефектолог МАДОУ «ЦРР — детский сад № 39» г. Петропавловск-Камчатский*

На сегодняшний день социально-коммуникативное развитие детей ОВЗ является одной из важнейших задач, поставленных перед дошкольным образовательным учреждением. В век компьютерных технологий коммуникация не является для детей обязательной, ребенок может получить все необходимое и без речи, жестов, общения. В детском окружении есть масса звучащих игр и игрушек, многие «игрушки-говорюшки», «умные колонки», планшеты, смартфоны — все это подменяет живое продуктивное общение, совместные игры на ощущение принадлежности к «виртуальному» коллективу.

Все это накладывается на сложности в реальном общении, с которыми встречаются дети ОВЗ в повседневной жизни, связанные с нарушениями речи, мышления, памяти, иллюзорным отсутствием необходимости в общении и как следствие мотивации.

В процессе коррекционной работы с такими детьми формирование коммуникативных умений превращается в сложную задачу, становится главной конечной целью всего коррекционного процесса, целью трудно достижимой, требующей длительной кропотливой работы дефектологов, логопедов, психологов, воспитателей, родителей. Поэтому очевидна необходимость совершенствования традиционных приёмов и методов, а также поиска более новых, более эффективных путей развития коммуникативных навыков у дошкольников с ОВЗ.

Внедрение программы по социально-коммуникативному развитию дошкольников «Я умею общаться» для воспитанников 5–7 лет с ОВЗ в систему коррекционно-развивающей деятельности с дошкольниками позволит сформировать у дошкольников необходимый навык общения, который станет залогом дальнейшего успешного обучения в школе.

Программа комплексной работы по социально-коммуникативному развитию «Я умею общаться» разработана для детей 5–7 лет, испытывающих трудности в общении, эмоционально-волевыми проблемами, нарушением внимания, мышления и памяти, а также дошкольников с речевыми нарушениями.

В своей практике мы можем наблюдать, как дети с ОВЗ 5–7 лет испытывают сложности в общении. Им трудно обратиться ко взрослым или сверстникам за помощью, предложить игру или принять правила чужой игры. При обращении, дети не могут правильно сформулировать свои желания и мысли, донести до взрослых и сверстников, что они хотят. Это приводит к тому, что многие дошкольники замыкаются и прекращают попытки организовать совместную игру, договориться о чем-то или просто испытывают обиду и агрессию, и между детьми вспыхивает конфликт.

Так же у детей возникают сложности и при общении со взрослыми. Дети, воспитываемые в окружении постоянной заботы и доступности игр, игрушек и гаджетов с информацией, не испытывают необходимости в обращении ко взрослым, сначала к близким — маме, папе, бабушке. Потом к воспитателю и учителю, сотрудникам сада или продавцам в магазине.

**Цель программы:** развитие социально-коммуникативных навыков у дошкольников с ОВЗ.

**Задачи:**

- формировать потребность в общении, сотрудничестве со взрослыми и сверстниками;

- развивать инициативу в общении, в сотрудничестве, побуждать стремление задавать вопросы и отвечать на них;
- формировать умение ориентироваться на партнера в совместной деятельности, уметь слушать собеседника и согласовывать свои желания с его интересами;
- учить пользоваться вербальными и невербальными средствами общения, здороваться, прощаться, благодарить, извиняться, договариваться;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, отзывчивость к переживаниям другого человека.
- воспитывать позитивное отношение к совместным играм и коллективной деятельности;

**Длительность реализации программы: 32 занятия с интенсивностью 1 раз в неделю. Длительность занятия 25–30 минут.**

**Этапы работы**

Вся работа делится на 4 этапа. Каждый этап длится 8 недель. Задания на каждом этапе подбираются с учетом актуальной и ближайшей зоны развития каждого ребенка с учетом патологии и уровня речевого развития.

1 этап: на первом этапе формируется навык общения со взрослыми. Одной из самых важных задач является организовать работу так, чтоб ребенок не чувствовал, что это процесс обучения, все должно быть естественно. Это необходимо потому, что учебные задачи у детей с ОВЗ трудно переносятся в повседневную жизнь, а, следовательно, навык не формируется.

2 этап: на втором этапе формируется навык продуктивного общения со сверстниками, умение решать общие проблемы, находить совместно выход из конфликтных ситуаций без агрессии, подчиняться правилам игры. Формируется навык слушать сверстников и принимать совместные решения.

3 этап: на третьем этапе дети учатся общаться с незнакомыми взрослыми по «шаблону» или со знакомыми взрослыми в намоделированной заранее ситуации.

4 этап: на 4 этапе дети отрабатывают навык общения со взрослыми и сверстниками в не моделируемых ситуациях и закрепляют полученный навык общения.

На всех этапах работы необходимо создавать состояние успеха для каждого воспитанника. Мотивировать и подталкивать к полноценному общению в рамках поставленных целей и возможностей ребенка.

**Актуальность** разработки программы психолого-педагогической коррекции «Я умею общаться» состоит в отсутствие вариативной рабочей программы для детей с ОВЗ, подходящей для работы с детьми различных нозологических групп и в комбинированных группах ДОУ. Данная программа разработана с учетом когнитивных особенностей детей ОВЗ обучающихся в комбинированных группах, с учетом зоны их актуального и ближайшего развития, а также с учетом их личностных особенностей. Все задания и упражнения подобраны таким образом, что дети ОВЗ становятся успешными в общении.

Программа работы по социально-коммуникативному развитию детей с ОВЗ 5–7 лет «Я умею общаться» реализует следующие направления деятельности:

**Диагностическое направление:** опирается на один из главных принципов специального образования — принцип единства диагностики и коррекции.

В реализации программы участвовали дети, зачисленные в комбинированные группы и дети, имеющие статус ОВЗ на основании заключения ПМПК и имеющие трудности в общении.

Обследование состояния социально-коммуникативного развития осуществляется у каждого ребёнка, зачисленного в комбинированную группу ДОУ.

Обследование учителем-дефектологом дошкольников, посещающих комбинированную группу ДОУ, осуществляется систематически посредством наблюдения за деятельностью детей в процессе НОД и самостоятельной игровой деятельности:

- 1 и 2 неделя сентября — первичная диагностика развития;
- 2 и 3 неделя января — промежуточная диагностика развития;
- 3 и 4 неделя мая — итоговая диагностика развития.

Так проходит реализация важнейшего принципа специальной педагогики — принципа динамического изучения развития ребёнка в процессе коррекционно-развивающей работы.

Обследование детей проводится по разработанному учителем — дефектологом протоколу наблюдения. В основу протокола наблюдения легли методики обследования коммуникативных навыков дошкольников М.Я. Басова, М.И. Лисиной, О.М. Дьяченко.

**Коррекционно-развивающее направление**: предполагает комплекс специально организованных мероприятий, направленных на формирование, развитие и совершенствование социально-коммуникативных умений, максимальную коррекцию имеющихся недостатков социально-коммуникативного развития.

Это направление реализуется тесным взаимодействием педагогов образовательного учреждения и родителей воспитанников и сотрудниками ДО.

Ведущим специалистом группы является учитель-дефектолог, который несёт ответственность за коррекционно-развивающую работу в целом, осуществляет преемственность в работе с воспитателями, учителем-логопедом, педагогом-психологом, родителями и сотрудниками ДОУ.

В рамках реализации коррекционно-развивающего направления и данной программы, учитель-дефектолог организует подгрупповую и, в зависимости от ситуации, индивидуальную образовательную деятельность с периодичностью 1 раз в неделю. Обязательным условием работы является фиксация структурных компонентов образовательной деятельности, закрепление лингвистического материала воспитателями в вечернее или дневное свободное время, а также родителями детей.

**Консультативное направление**: учитель-дефектолог проводит индивидуальное консультирование родителей по всем, возникающим вопросам. Учитель — дефектолог проводит родительское собрание в комбинированной группе, на котором рассказывает основные этапы работы. Так же учителем-дефектологом разработана памятка для родителей «Как помочь ребенку научиться общаться». Учитель-дефектолог проводит консультирование педагогов при реализации педагогической части программы и организации образовательной среды, режимных моментов и трудовых поручений; учитель дефектолог проводит консультации

На всех этапах работы дети ОВЗ являются непосредственными участниками совместных игр, театрализаций, трудовых поручений и бесед. Учитель-дефектолог и воспитатель группы совместно организуют игровые ситуации, в которых дети вынуждены вступать в коммуникацию со взрослыми и детьми для решения поставленных задач. Дети должны выступать ведущими в игре, непосредственными участниками игр и развлечений. Дидактические игры проводят в индивидуальном порядке или подгруппой по следующему принципу:

1. Проигрываем иргу, объясняя правила, с ребенком ОВЗ индивидуально;
2. Организуем совместную игру, где ребенок ОВЗ является ведущим в этой игре;
3. Организуем игру, где ребенок ОВЗ является участником игры;
4. Организуем игру, без ребенка ОВЗ, побуждая его обратиться к педагогу или сверстникам для включения в игру.

Трудовые поручения организуются в следующим порядке:

1. Проговаривание трудового поручения в беседе;
2. Проигрывание трудового поручения в игре, где педагог играет руководящую роль.
3. Показ трудового поручения в группе детей;
4. Выполнение трудового поручения с младшим воспитателем;
5. Выполнение трудового поручения самостоятельно.

Если ребенок не говорит, то сообщения зачитывает воспитатель, показывая рисунок ребенка. Приветствия, просьбы, обращения подготавливаются на карточках, которые ребенок выбирает самостоятельно или с помощью педагога.

Все выставки организуются с целью прививания ребенку чувства «прекрасного», обучения ребенка принимать мнение окружающих, высказывать свое мнение и аргументировать его. Любуясь своей работой и работами сверстников, дети учатся видеть красоту в деталях, радоваться успехам других, ценить чужой труд.

Создание альбомов дает возможность детям длительное время возвращаться к результатам своей деятельности и деятельности сверстников. Так же альбомы помогают детям возвращаться к пройденному материалу, повторять и закреплять его.

В реализации программы участвуют все сотрудники детского сада. Для полноценной работы и грамотной поддержки детей учитель — дефектолог обговаривает действия каждого сотрудника в моделируемой ситуации коммуникации.

Для полноценной помощи родителей в процессе реализации программы была разработана памятка для родителей

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2337**

# Коррекционно-развивающая программа «Шаг за шагом к успешному общению» для обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1)

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Помазкина Ольга Викторовна,*** *педагог-психолог КГБОУ «Березовская школа», г. Красноярск*

Данная коррекционно-развивающая программа разработана в ответ на высокую практическую актуальность проблемы развития коммуникативных компетенций, обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) необходимых для успешной социализации обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС для обучающихся с ОВЗ и АООП НОО (вариант 1).

Разработка настоящей программы осуществлялась в строгом соответствии с комплексом нормативно-правовых документов и базируется на фундаментальных научно-методических подходах в области специальной психологии и коррекционной педагогики.

Программа рассчитана на 1 учебный год 32 занятия (28 коррекционно-развивающих занятий, 4 диагностических занятия). Режим проведения: групповые занятия (6–8 человек) 1 раз в неделю. Продолжительность занятия: 40 минут.

Представленная программа соответствует требованиям ФГОС, является частью системы комплексного психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) является практически значимым инструментом для педагогов-психологов, отвечает насущной потребности в системном развитии коммуникации у обучающихся пятого класса с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) и предназначена для реализации в отдельных образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность по АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

**Социально-психологические особенности обучающихся пятого класса с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1)**

Когнитивная сфера характеризуется преобладанием наглядно-образного мышления, трудностями абстрагирования и обобщения. Сниженная скорость переработки информации, ограниченный объем и неустойчивость внимания и памяти.

Эмоционально-волевая сфера характеризуется эмоциональной неустойчивостью, импульсивностью, низким уровнем самоконтроля и произвольной регуляции поведения, трудностями в понимании и вербализации собственных эмоций и эмоций окружающих.

Коммуникативная сфера характеризуется бедностью словарного запаса, аграмматизмы, трудностями построения развернутого высказывания, недостаточностью понимание невербальных сигналов, сниженная потребность в общении, незрелость коммуникативных мотивов, испытывают значительные трудности в понимании и соблюдении социальных норм.

### Цель и задачи программы

**Цель:** Формирование и развитие коммуникативных компетенций у обучающихся пятого класса с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) как основы для их успешной социальной адаптации.

**Задачи программы:**

**Коррекционно-развивающие:**

- Развивать умение вербально и невербально выражать свои мысли, просьбы, чувства.
- Формировать навыки диалогической речи (умение слушать, задавать вопросы, отвечать на них).

- Обучать распознаванию и пониманию эмоций других людей по мимике, жестам, интонации.
- Корректировать нежелательные формы коммуникативного поведения (агрессия, импульсивность, замкнутость).

**Образовательные:**

- Обучать нормам и правилам поведения в различных ситуациях взаимодействия.
- Обучать использованию средств коммуникации (в т.ч. альтернативных– карточки, жесты).
- Формировать активный словарь, необходимый для повседневного общения.

**Воспитательные:**

- Воспитывать навыки культуры общения (использование вежливых слов, умение ждать своей очереди в разговоре и т. д).
- Формировать положительное отношение к процессу общения, снижать страх перед социальными контактами.
- Воспитывать умение договариваться и учитывать интересы других.
- Развивать эмпатию по отношению к другим людям.

**В основу коррекционно-развивающей программы заложены следующие психолого-педагогические принципы:**

- Принцип развивающего обучения.
- Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.
- Принцип постепенности.
- Принцип доступности.
- Деятельностный принцип.
- Принцип рефлексивности.

**Этапы реализации программы:**

**1. Диагностический этап (сентябрь, 2–3 недели, 3 занятия).**

**Цель:** Выявление исходного уровня развития коммуникативных навыков.

- Проведение входной диагностики (групповой и индивидуальной) уровня развития коммуникативных навыков.
- Наблюдение за детьми в учебной и свободной деятельности.
- Беседы с педагогами, специалистами и родителями.
- Формирование целевой группы.

**2. Основной (коррекционно-развивающий) этап (октябрь — май, 28 занятий).**

**Цель:** Непосредственная реализация программы.

- Проведение групповых занятий 1 раз в неделю продолжительностью 40 минут.
- Реализация календарно-тематического плана.
- Постоянный мониторинг динамики и текущая корректировка методов работы.
- Взаимодействие с педагогами, специалистами и родителями для переноса сформированных навыков в повседневную жизнь.

**3. Заключительный (оценочный) этап (май, 3 занятия).**

**Цель:** Оценка эффективности программы и достигнутых результатов.

- Проведение контрольной диагностики (групповой и индивидуальной) по тем же методикам, что и на входе.
- Сравнительный анализ результатов с данными входной диагностики.
- Подведение итогов, составление психолого-педагогических характеристик и рекомендаций для педагогов и родителей.

**Диагностический инструментарий, используемый для оценки развития коммуникативных компетенций**

Для изучения коммуникативных компетенций обучающихся пятых классов с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) были использованы следующие методики: методика исследования Дж. Гилфорд, М. О´Салливен адаптированная Щетининой А.М., методика определения уровня эмпатии И.М. Юсупова, методика «Неоконченные ситуации» (А.М. Щетинина, Л.В. Кирс), Шкальная оценка сформированности социальных форм поведения ребенка (по результатам наблюдения) (А.М. Щетинина, Л.В. Кирс), карта наблюдений за проявлениями коммуникативных способностей (А.М. Щетинина, М.А. Никифорова).

**Используемые в коррекционно-развивающей программе методики и технологии**

1. Игротерапия: сюжетно-ролевые и коммуникативные игры для отработки навыков в условной ситуации.
2. Арт-терапия: Рисование эмоций, совместное рисование, лепка для выражения состояний.
3. Моделирование социальных ситуаций: проигрывание типичных проблемных сценок с последующим обсуждением.
4. Метод социальных историй (К. Грей): короткие истории, описывающие социальные ситуации и ожидаемое поведение.
5. Телесно-ориентированные техники: упражнения на осознание своего тела, снятие напряжения, использование жестов.
6. Технологии визуальной поддержки: использование карточек, коммуникативных досок, схем-алгоритмов действий/
7. Интерактивное оборудование: использование интерактивной доски/панели для визуализации, игр на сортировку эмоций, просмотра социальных историй, создания аватаров.

**Алгоритм занятия**

1. Ритуал приветствия (2 мин): Создание безопасной атмосферы, настрой на работу.
2. Разминка (5 мин): Игровое упражнение, активирующее группу, связанное с темой.
3. Основная часть (25 мин): Работа по теме с использованием интерактивных технологий (2–3 упражнения).
4. Рефлексия (5 мин): Обсуждение результатов, эмоционального состояния.
5. Ритуал прощания (3 мин): Закрепление положительного опыта.

**Календарно-тематический план (34 часа)**

| № | Тема раздела и занятий | Цель | Часы |
|---|---|---|---|
| 1–2 | Диагностическое занятие. | Выявление исходного уровня развития коммуникативных навыков. | 2 |
| **Раздел 1: Я и мои эмоции (8 часов)** | | | |
| 3 | Организационное занятие. Давайте познакомимся! Правила нашей группы. | Создание благоприятной атмосферы в группе, знакомство участников друг с другом и с правилами занятий. | 1 |
| 4 | Что такое эмоции? Радость. | Знакомство с понятием «эмоция» и базовой эмоцией «радость». | 1 |
| 5 | Грусть и как с ней справиться. | Знакомство с эмоцией «грусть» и обучение конструктивным способам совладения с ней. | 1 |
| 6 | Страх: наш сторож. | Знакомство с эмоцией «страх» в безопасном формате, обучение простым способам самопомощи для снижения тревожности. | 1 |
| 7 | Злость: учимся выражать безопасно. | Научить детей распознавать чувство злости и выражать его социально приемлемыми способами | 1 |

| № | Тема раздела и занятий | Цель | Часы |
|---|---|---|---|
| 8 | Удивление и интерес. | Познакомить с эмоциями удивления и интереса, научить распознавать и выражать их социально приемлемыми способами. | 1 |
| 9 | Путаница: разные эмоции. | Закрепление знаний об основных эмоциях и развитие навыков их распознавания. | 1 |
| 10 | Мой эмоциональный портрет (итоговое по разделу). | Закрепление знаний об основных эмоциях и рефлексия своего эмоционального состояния. | 1 |
| **Раздел 2: Мы вместе: правила и команда (6 часов)** | | | |
| 11 | Дело общее: вместе веселее. | Развивать коммуникативные навыки (умение слушать друг друга, договариваться, просить о помощи). | 1 |
| 12 | Помощь и поддержка. | Развивать коммуникативные навыки (умение обратиться за помощью, предложить ее, выразить сочувствие). | 1 |
| 13 | Учимся договариваться. | Развивать навыки эффективной коммуникации (умение слушать, высказывать свое мнение, задавать вопросы). | 1 |
| 14 | Если не получается? Просим о помощи. | Развивать навыки коммуникации: умение четко формулировать просьбу, использовать вежливые слова. | 1 |
| 15 | Вместе мы сила! (Игры на сплочение). | Развивать чувство общности, доверия к группе и принадлежности к ней. | 1 |
| 16 | Мы — лучшая команда! (итоговое по разделу). | Закрепление и обобщение представлений о правилах поведения в группе и навыков командного взаимодействия. | 1 |
| **Раздел 3: Волшебные слова: речевой этикет (4 часа)** | | | |
| 17 | Слова приветствия и прощания. | Развивать коммуникативные навыки: умение вступать в контакт, использовать вербальные и невербальные средства (улыбка, взгляд). | 1 |
| 18 | Волшебные слова «Пожалуйста», «Спасибо» и «Благодарю». | Развивать коммуникативные навыки: умение вступать в контакт и поддерживать его, используя вежливые формы речи. | 1 |
| 19 | Как правильно извиниться? | Учить корригировать импульсивные поведенческие реакции (агрессия, отрицание вины), формировать навыки самоконтроля. | 1 |
| 20 | В гостях у сказки (применение этикета в игре, итоговое по разделу). | Закрепление и применение знаний речевого этикета в смоделированных социально-бытовых ситуациях. | 1 |
| **Раздел 4: Учимся общаться: диалог и невербальное общение (6 часов)** | | | |
| 21 | Умеем ли мы слушать? | Развитие навыков активного слушания как основы успешной коммуникации. | 1 |
| 22 | Задаем вопросы. | Сформировать представление о вопросе как способе получения информации и научить задавать простые вопросы в практических ситуациях. | 1 |
| 23 | Язык тела: позы и жесты. | Познакомить с значениями основных открытых и закрытых поз, жестов приветствия, запрета, уверенности и неуверенности. | 1 |
| 24 | Мое лицо — моя визитка (мимика). | Учить соотносить эмоцию с ее мимическим выражением. | 1 |
| 25 | Голос — наш помощник (интонация). | Сформировать представление об интонации как средстве выражения чувств и смысла высказывания. | 1 |
| 26 | Всё вместе: слушаем, говорим, показываем (итоговое по разделу). | Обобщение и закрепление навыков ведения диалога с использованием средств невербальной коммуникации (мимика, жесты, интонация) в смоделированных социальных ситуациях. | 1 |

| № | Тема раздела и занятий | Цель | Часы |
|---|---|---|---|
| **Раздел 5: Я в мире людей: применение навыков (6 часов)** | | | |
| 27 | Я в школе: общение на уроке и перемене. | Закрепить навыки конструктивного и безопасного общения со сверстниками во время школьной перемены. | 1 |
| 28 | «Я в группе сверстников | Формирование и развитие навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками в группе | |
| 29 | Поведение дома: мои обязанности и отдых | Сформировать и закрепить представления о правилах безопасного и ответственного поведения в домашней обстановке, навыки конструктивного взаимодействия с членами семьи. | 1 |
| 30 | Что такое конфликт? | Сформировать представление о конфликте как о части общения и научить базовым способам выхода из конфликтной ситуации | 1 |
| 31 | Сложная ситуация: что делать? (проигрывание конфликтов). | Отработать на практике алгоритм конструктивного поведения в типичных конфликтных ситуациях | 1 |
| 32 | Фестиваль общения (итоговое, праздничное занятие). | Обобщение и закрепление навыков эффективного общения, полученных в ходе занятий блока «Я в мире людей». | 1 |
| 33–34 | Диагностическое занятие. | Выявление уровня развития коммуникативных навыков. | 2 |

### Планируемые результаты коррекционно-развивающей программы

Ожидаемые результаты реализации коррекционно-развивающей программы:

1. Развитие и повышение уровня коммуникативных универсальных действий: умение использовать вербальные средства общения в соответствии с ситуацией, способность поддерживать диалог (3–4 реплики) на знакомые темы, владение базовыми невербальными средствами общения.
2. Развитие и повышение уровня социальных компетенций: умение адекватно использовать формы вежливого общения, способность к элементарному сотрудничеству в учебных ситуациях, навыки разрешения конфликтных ситуаций с помощью взрослого
3. Развитие и повышение уровня эмоционально-волевой регуляции: умение распознавать и выражать основные эмоциональные состояния, способность применять простые стратегии саморегуляции, снижение уровня тревожности в социальных ситуациях.

### Сведения о практической апробации и результаты эффективности коррекционно-развивающей программы

Программа была апробирована на базе КГБОУ «Березовская школа» в период с 2020 по 2023 учебный год.

Контекстные характеристики: все обучающиеся имеют заключение ПМПК с диагнозом F70, обучаются по варианту 1 АООП. На момент начала исследования у всех отмечался низкий уровень развития коммуникативных навыков по результатам диагностики и наблюдения. Коммуникативные трудности проявляются наиболее остро: социальная пассивность или, напротив, высокая конфликтность; выраженные трудности в распознавании эмоций; неумение поддерживать диалог и сотрудничать.

Программа целенаправленно работает с каждой из указанных проблемных ситуаций через систему специально подобранных упражнений, игр и моделирования социальных ситуаций и т. д, направленных на коррекцию нарушений на когнитивном, поведенческом и эмоционально-волевом уровнях.

Для оценки эффективности была проведена повторная диагностика обучающихся, которые посещали коррекционно -развивающие занятия.

Сравнение результатов осуществлялось с помощью *t*-критерия Стьюдента.

Выявлены значимые различия в уровне коммуникативных компетенций до проведения коррекционно-развивающей программы и после ее проведения. После апробации программы развития коммуникативных компетенций показатели стали выше.

У обучающихся пятого класса ОВЗ (с интеллектуальными нарушениями, вариант 1) произошли позитивные изменения в способности адекватно отражать вербальную и невербальную экспрессию, понимать логику развития сложных ситуаций межличностного взаимодействия, и коммуникативных компетенций в целом.

При оценке изменений уровня эмпатии были получено значение $t$=-1,96 ($p$=0,06). Выявлена тенденция к достоверным различиям с возрастанием показателей уровня эмпатии.

У обучающихся пятого класса ОВЗ (с интеллектуальными нарушениями, вариант 1) выявлена тенденция к достоверным различиям в уровне развития способности оценивать характер поступков героев, которая изначально имела не высокий уровень развития.

Шкальная оценка сформированности социальных форм поведения ребенка (по результатам наблюдения) (А.М. Щетинина, Л.В. Кирс) показала следующие результаты: снижения частоты агрессивных поведенческих реакций (по данным наблюдения).У 80% обучающихся отмечено увеличение количества используемых коммуникативных инициатив, по шкале «социальная активность». У 85 % участников повысилась точность распознавания базовых эмоций, по шкале «эмоциональная сфера». У 60% участников зафиксировано снижение количества конфликтных эпизодов во время школьных перемен по данным наблюдений по шкале «коммуникативная деятельность»

Карта наблюдений за проявлениями коммуникативных способностей (А.М. Щетинина, М.А. Никифорова) показала следующие результаты: изменения в уровне развития коммуникативных способностей произошли у 73% обучающихся, их уровень коммуникативных способностей повысился с низкого до среднего.

Таким образом, после проведения развивающей программы у обучающихся пятого класса ОВЗ (с интеллектуальными нарушениями, вариант 1) произошли позитивные изменения в способности адекватно отражать вербальные и невербальные способы общения, понимать частично логику развития ситуаций межличностного взаимодействия. Выявлена тенденция к позитивным изменениям в уровне эмпатии, способности готовности применять рациональные приемы социальной ориентировки, развитие способности оценивать характер поступков героев и людей. Так же снизилось количество конфликтных ситуаций и ы целом повысился уровень развития коммуникативных способностей с низкого до среднего уровня, что при особенностях развития обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями, вариант 1) является значимым достижением. В результате чего можно утверждать, что эффективность применения данной коррекционно-развивающей программы является доказанной.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2336**

# Программы коррекционно-развивающей работы

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

**I место**

### Авторы — победители Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Сергеева Татьяна Юрьевна,*** *педагог-психолог СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ №2 п.г.т. Усть-Кинельский г.о. Кинель Самарской области*

***Смолякова Инна Викторовна,*** *педагог-психолог, учитель-логопед СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ №2 п.г.т. Усть-Кинельский г.о. Кинель Самарской области*

Программа нацелена на формирование у обучающихся 5–6 лет с ТНР представлений о внутреннем мире чувств человека, умения осознавать свои чувства здесь и сейчас и выражать свои эмоции социально-приемлемым образом.

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

Коррекционно-развивающая работа направлена на преодоление таких трудностей в общении:

- с педагогами — из-за ограниченности представлений и несформированного словаря эмоций им сложно вербально выразить чувства и социально-приемлемо проявить эмоции, что часто приводит к нарушениям дисциплины.
- со сверстниками: из-за несформированности коммуникативных навыков и индивидуально-психологических особенностей они не умеют выражать эмоции приемлемым способом, вступают в конфликты, оказываются изолированными в коллективе и не выстраивают прочных дружеских связей.

**Актуальность:** программа комплексно раскрывает коррекционно-развивающую работу, направленную на формирование социального интеллекта, снижая риски развития с учётом психофизиологических особенностей обучающихся с ТНР.

**Новизна** программы заключается в том, что деятельность направлена на обучение детей с ТНР принимать любые чувства (без деления на «хорошие и «плохие»), разрешать себе их испытывать и выражать социально-корректно. Логопедические занятия способствуют освоению словаря эмоций и умению говорить о своих переживаниях.

**Практическая значимость программы**

Формирование личности ребёнка требует осмысленного освоения социальных знаний — стихийного освоения недостаточно.

Освоению навыков социального интеллекта мешают:

- цифровизация общения (сложно считывать эмоции в гаджетах и мессенджерах);
- нехватка навыков у родителей;
- традиция подавления эмоций вместо их конструктивной проработки.

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

**Целевая аудитория**

Обучающиеся 5–6 лет с ТНР. Этот возраст оптимальный для обучения пониманию своих и чужих чувств. Детям с ТНР особенно трудно: они не всегда распознают даже базовые чувства, а из-за несформированности словаря и сложностей с построением фраз не могут о них рассказать.

Обучающиеся с разными причинами возникновения ТНР имеют особенности эмоционально-волевой сферы:

1. ринолалия: застенчивость, нерешительность, замкнутость, негативизм, чувство неполноценности;
2. дизартрия: повышенная возбудимость или заторможенность, пугливость, трудности адаптации;
3. моторная алалия: повышенная тормозимость и неуверенность, либо гиперактивность и лабильность настроения.

Во всех случаях дети проявляют малую инициативность, зависят от окружающих, испытывают трудности в общении со сверстниками. Без понимания своих чувств дети страдают от низкой самооценки, отстраняются от общения или становятся навязчивыми, не умеют договариваться и разрешать конфликты.

**Научно-методическая и нормативно-правовая обоснованность программы**

Термин «Эмоциональный интеллект» появился в 1960-х годах (зарубежные исследователи Майер, Сэловей, Гоулман и др.). В России тему развивали Рубинштейн, Выготский, Люсин и др., используя иные термины («Обобщение переживаний», «эмоциональное воображение»). При изучении методологических основ развития эмоционального интеллекта и существующих образовательных программ («Детский сад — дом радости», «Детство», «Радуга», «Развитие» и др.) мы пришли **к выводам**, что:

- эмоциональное благополучие — основа психического здоровья ребёнка;
- требуется целостный подход к формированию ЭИ в дошкольном образовании, которого пока нет в массовых программах.

Программа «Мой мир чувств и эмоций» **разработана в соответствии с действующими нормативными документами:** ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», ФГОС ДО,ФАООП ДО для ОВЗ, Порядок организации ДО, СанПиН, Положение о логопедической помощи, Профстандарт «Педагог-психолог», «Учитель-логопед», адаптированной программой и Уставом детского сада.

**Цель и задачи программы**

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

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

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

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

**Задачи для родителей и педагогов, обучающихся 5–6 лет с ТНР**:

1. формирование компетенций педагогов в умении осуществлять развитие эмоционального интеллекта дошкольников;

2. формирование умения осознанно понимать собственные чувства и эмоции, чувства и эмоции ребёнка, уметь осознанно управлять ими;
3. развитие понимания, каким событием вызваны эмоции и на решение каких проблем может быть направлено возникшее чувство.

**Ожидаемые результаты реализации программы.**

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

**У воспитанников будет сформировано:**

- высокий уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 60% воспитанников;
- средний уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 40% воспитанников;
- или суммарное значение высокого и среднего уровня идентификации сформирован у более 90% воспитанников;

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

- высокий уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 50% воспитанников;
- средний уровень эмоциональной идентификации сформирован у более 50% воспитанников;
- или суммарное значение высокого и среднего уровня идентификации сформирован у более 90% воспитанников.

**Календарно-тематический план программы**

**Цели и задачи** каждого занятия представлены в календарно-тематическом плане.

Таблица 1

**Календарно-тематический план занятий**

| № занятия | Месяц | Темы занятий | Цель и задачи занятия |
|---|---|---|---|
| 1 | Сентябрь | Входная диагностика | **Цель:** выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста |
| 2 | Сентябрь | Входная диагностика | **Цель:** выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста |
| 3 | Сентябрь | Знакомство с миром чувств и эмоций (часть первая) | **Цель:** знакомство детей с разнообразием чувств и эмоций (часть первая радость, грусть, интерес)<br>**Задачи:**<br>1. дать обзор базовых чувств и эмоций человека<br>2. попытка определить чувства по внешним проявлениям |
| 4 | Сентябрь | Знакомство с миром чувств и эмоций (часть вторая) | **Цель:** знакомство детей с разнообразием чувств и эмоций (часть вторая злость, стыд, страх)<br>**Задачи:**<br>1. дать обзор базовых чувств и эмоций человека<br>2. попытка определить чувства по внешним проявлениям |
| 5 | Октябрь | Мимика и жесты в мире эмоций | **Цель:** знакомство детей с невербальными способами выражения чувств и эмоций.<br>**Задачи:**<br>1. дать понимание, что **мимика** и **жесты** являются дополнительными способами выражения чувств;<br>2. показать роль **мимики и жестов в общении**;<br>3. развивать умение понимать, какие чувства скрываются под **мимикой и жестами других людей**;<br>4. заложить основы умения передавать свои чувства и информацию невербальными способами |

| № занятия | Месяц | Темы занятий | Цель и задачи занятия |
|---|---|---|---|
| 6 | Октябрь | Чувство грусти | **Цель:** знакомство детей с чувством грусти.<br>**Задачи:**<br>1. обучение распознаванию проявлению чувства грусти;<br>2. рефлексия своего состояния и причин появления грусти |
| 7 | Октябрь | Чувство грусти | **Цель:** продолжение знакомства с чувством грусти и выбор способов коммуникации в ситуации, когда грустно.<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства грусти в жизни;<br>2. определение способов взаимодействия с окружающим миром, если человеку грустно. |
| 8 | Октябрь | Логопедическое занятие «Чувство грусти» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство грусти» |
| 9 | Ноябрь | Чувство злости | **Цель:** знакомство с чувством злости<br>**Задачи:**<br>1. тренировать умение различать эмоцию злости у себя и других людей<br>2. рефлексия своего состояния и анализ причин появления злости. |
| 10 | Ноябрь | Чувство злости | **Цель:** продолжение знакомство с чувством злости и выработка навыка справляться с этим чувством<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства злости в мире,<br>2. снятие психоэмоционального напряжения в ситуации злости. |
| 11 | Ноябрь | Логопедическое занятие «Чувство злости» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство злости» |
| 12 | Ноябрь | Чувство интереса | **Цель:** знакомство с чувством интереса<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства интереса у себя и других.<br>2. рефлексия состояния и причин возникновения интереса |
| 13 | Декабрь | Чувство интереса | **Цель:** продолжение знакомства с чувством интереса<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства интереса в жизни<br>2. научение методам взаимодействия с людьми в переживании этого чувства |
| 14 | Декабрь | Логопедическое занятие «Чувство интереса» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство интереса |
| 15 | Декабрь | Чувство страха | **Цель:** знакомство с чувством страха<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства страха у себя и других.<br>2. рефлексия состояния и причин возникновения страха<br>3. помощь детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха |

| № занятия | Месяц | Темы занятий | Цель и задачи занятия |
|---|---|---|---|
| 16 | Декабрь | Чувство страха | **Цель:** продолжение знакомства с чувством страха и научение способам справляться с ним<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства страха в жизни<br>2. научение методам проживания страха<br>3. профилактика скелетно-мышечных зажимов при проживании страха. |
| 17 | Январь | Логопедическое занятие «Чувство страха» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство злости» |
| 18 | Январь | Чувство стыда | **Цель:** знакомство с чувством стыда<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства стыда у себя и других.<br>2. рефлексия состояния и причин возникновения стыда |
| 19 | Январь | Чувство стыда | **Цель:** продолжение знакомства с чувством стыда и научение способам справляться с ним<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства стыда в жизни<br>2. научение методам проживания стыда |
| 20 | Февраль | Логопедическое занятие «Чувство стыда» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство злости» |
| 21 | Февраль | Чувство радости | **Цель:** знакомство с чувством радости<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства радости у себя и других.<br>2. рефлексия состояния и причин возникновения радости |
| 22 | Февраль | Чувство радости | **Цель:** продолжение знакомства с чувством радости<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства радости в жизни<br>2. проживания радости в жизни и умение радоваться за других |
| 23 | Февраль | Логопедическое занятие «Чувство радости» | **Цель:** обучение детей использованию диалогической речи<br>**Задачи:**<br>1. формировать у детей умение задавать вопросы и отвечать на вопросы<br>2. умение выражать чувства в фразах<br>3. уточнить активный и пассивный словарь по теме «Чувство злости» |
| 24 | Март | Обида | **Цель:** знакомство с чувством обиды<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства обиды у себя и других.<br>2. рефлексия состояния человека в чувстве обиды и анализ причин возникновения обиды |
| 25 | Март | Обида | **Цель:** продолжение знакомства с чувством обиды и научение способам справляться с ним<br>**Задачи:**<br>1. понимание важности чувства обиды,<br>2. научение методам проживания чувства обиды |

| № занятия | Месяц | Темы занятий | Цель и задачи занятия |
|---|---|---|---|
| 26 | Март | Высокомерие | **Цель:** знакомство с чувством высокомерия и гордости<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства высокомерия у себя и других.<br>2. рефлексия состояния человека в данном чувстве, понимание чувств, которые скрываются под высокомерием<br>3. анализ причин возникновения высокомерия |
| 27 | Март | Зависть | **Цель: з**накомство с чувством зависти<br>**Задачи:**<br>1. осознание чувства зависти у себя и других.<br>2. рефлексия состояния человека в данном чувстве, понимание чувств, которые скрываются под завистью<br>3. анализ причин возникновения зависти<br>4. научение методам проживания чувств, которые скрываются под завистью |
| 28 | Апрель | Чувства и их телесные проявления | **Цель:** познакомить детей с пониманием целостности работы организма, единства чувств и телесного реагирования на них<br>**Задачи:**<br>1. дать представление детям о единстве работы организма во время проявления разных чувств<br>2. научить детей отслеживать свои реакции на разные чувства |
| 29 | Апрель | Как прожить чувства? | **Цель:** познакомить детей с пониманием того, что чувства влияют на настроение человека<br>**Задачи:**<br>1. дать представление о разном состоянии и настроении во время разных чувств.<br>2. научить детей разрешать себе чувства и адекватно реагировать на них. |
| 30 | Апрель | Веселое путешествие в мир чувств и эмоций (часть первая) | **Цель:** оценка уровня эмоционального интеллекта детей в части понимания чувств и умения их проявлять в социально-одобряемом виде<br>**Задачи:**<br>1. проведение итоговой диагностики знаний детей о чувствах и эмоциях<br>2. проведение беседы и важности адекватного проявления чувств в социуме |
| 31 | Апрель | Веселое путешествие в мир чувств и эмоций (часть вторая) | **Цель:** оценка уровня эмоционального интеллекта детей в части понимания чувств и умения их проявлять в социально-одобряемом виде<br>**Задачи:**<br>1. проведение итоговой диагностики знаний детей о чувствах и эмоциях<br>2. проведение беседы и важности адекватного проявления чувств в социуме |
| 32 | Май | Веселое путешествие в мир чувств и эмоций (часть третья) | **Цель:** оценка уровня эмоционального интеллекта детей в части понимания чувств и умения их проявлять в социально-одобряемом виде<br>**Задачи:**<br>1. проведение итоговой диагностики знаний детей о чувствах и эмоциях<br>2. проведение беседы и важности адекватного проявления чувств в социуме |
| 33 | Май | Итоговая диагностика | **Цель:** выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста |
| 34 | Май | Итоговая диагностика | **Цель:** выявить особенности идентификации эмоций различных модальностей у детей старшего дошкольного возраста |

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

Срок: 1 учебный год.

Частота: 1 занятие в неделю (старшая группа детского сада)

Дополнительно: коррекционные занятия учителя-логопеда после изучения каждого базового чувства.

**Этапы реализации:**

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

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

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

Программа имеет четкую логическую последовательность из нескольких разделов:

- 1 раздел — знакомство с миром чувств,
- 2 раздел — базовые чувства,
- 3 раздел — социальные чувства,
- 4 раздел — чувства в теле человека,
- 5 раздел — итоговое путешествие в мир чувств.

Для ознакомления с миром базовых чувств отводится по 3 занятия на каждое базовое чувство (2 занятия педагогом-психологом и 1 занятие с учителем-логопедом).

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

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

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

Каждое занятие имеет физкультминутку, которая приходится на середину занятия. В конце каждого занятия проводится релаксация. В завершении каждого занятия проводится рефлексия изученного на занятии материала, подводится итог занятия.

**3 этап Заключительный** реализуется в мае.

Проводится итоговая психодиагностика детей, участвующий в реализации программы. Для диагностики используется методика уровня эмоционального развития, разработанная Е.И. Изотовой: «Эмоциональная идентификация» и «Эмоциональная пиктограмма».

**На занятиях программы активно используются разнообразные технологические приемы и инструментарий:**

- игровые упражнения с элементами тренинга, например, игровые упражнения и игры на развитие осознанности чувств и умение их проживать;

- игры с использованием дидактического материала;
- реализация творческих заданий с элементами арт-терапии;
- подвижные игры;
- прочтение и рефлексия психологических сказок и рассказов;
- элементы сказкотерапии с импровизацией;
- элементы музыкотерапии;
- психогимнастика;
- игры ассоциации.

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

Апробация психолого-педагогической программы коррекционно-развивающей работы «Формирование основ эмоционального интеллекта «Мой мир чувств и эмоций» осуществлялась в нашем детском саду в течение 4 лет: 2021–2022г., 2022–2023г., 2023–2024 г., 2024–2025г.

За этот период в программных мероприятиях приняли участие 62 ребёнок, 59 семей, 8 педагогов детского сада.

Программа имеет внешнюю рецензию к.п.н. Карамаевой Л. А. зам. директора по научной работе Регионального социопсихологического центра.

**Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы.**

Реализация программы дала значительные положительные изменения в освоении эмоционального интеллекта в части идентификации чувств. После реализации программы у 12 дошкольников, или 70% выявлен высокий уровень эмоциональной идентификации. Еще 5 дошкольников, или 30% имели средний уровень эмоциональной идентификации. Низкий уровень — не встречался ни у кого из участников программы.

После реализации программы ситуация изменилась, уже у 8 дошкольников из 17, или 47% наблюдался высокий уровень развития эмоциональной сферы, у 9 дошкольников, или 53% — средний уровень развития, детей с низким уровнем развития эмоциональной сферы не наблюдалось.

**Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы**

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации данной программы, включает:

1. описанные структура и содержание программы;
2. конспекты занятий (приложение 1);
3. список научно-методической литературы;
4. список художественной литературы, используемых в программы
5. «Методические материалы» для педагогов и родителей обучающихся (Приложение 10).

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2343**

# Коррекционно-развивающая программа «Я все смогу!»

**II место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Семак Антонина Сергеевна,*** *заведующий филиалом кафедры возрастной и педагогической психологии ГУО «Средняя школа №38 имени Кирилла Туровского г. Гродно», заместитель декана факультета психологии по учебной работе УО «ГрГУ имени Янки Купалы», Республика Беларусь*

***Маркач Дарья Геннадьевна,*** *педагог-психолог ГУО «Средняя школа №38 имени Кирилла Туровского г. Гродно», Республика Беларусь*

Коррекционно-развивающая программа «Я все смогу!» направлена на работу с подростками 12–15 лет, испытывающими трудности социально-психологической адаптации вследствие повышенной тревожности. Современные социальные требования и возрастные кризисы часто вызывают у подростков эмоциональную нестабильность, неуверенность в себе и трудности в общении. Программа помогает снизить уровень тревожности через развитие навыков саморегуляции, формирование адекватной самооценки и улучшение коммуникативных способностей.

В основе программы лежит комплексный подход, включающий арт-терапию, ролевые игры, релаксационные техники и групповые дискуссии. Занятия направлены на снятие эмоционального напряжения, освоение конструктивных способов общения и развитие личностных ресурсов. Программа состоит из 18 занятий и рассчитана на групповую работу с подростками.

Реализация программы позволяет участникам научиться управлять своим эмоциональным состоянием, повысить уверенность в себе и успешно адаптироваться в социальной среде.

Практическая актуальность программы обусловлена ростом эмоционального неблагополучия среди подростков в условиях современного общества. Усиление учебных нагрузок, социальное давление и возрастной кризис провоцируют высокую тревожность, которая проявляется в неуверенности, эмоциональной неустойчивости и трудностях в общении. Это не только снижает учебную мотивацию, но и препятствует формированию адекватной самооценки и успешной социальной адаптации, создавая риск развития дезадаптивных форм поведения.

## Цель и задачи программы

**Цель**: создание условий для снижения тревожности и улучшения социально-психологической адаптации подростков через развитие эмоциональной саморегуляции и коммуникативной компетентности.

**Задачи**:

*Коррекционно-развивающие:*

- Снижение уровня ситуативной и личностной тревожности;
- Коррекция неадекватной самооценки;
- Развитие навыков распознавания и управления эмоциональными состояниями;
- Формирование конструктивных стратегий поведения в стрессовых ситуациях.

*Образовательные:*

- Обучение техникам психофизической саморегуляции;
- Освоение эффективных коммуникативных навыков;
- Развитие умения устанавливать и поддерживать межличностные отношения.

*Воспитательные:*

- Формирование адекватного отношения к критике и оценкам;
- Развитие ответственности за собственные решения и действия;
- Воспитание толерантности и эмпатии.

*Профилактические:*

- Предупреждение развития дезадаптивных форм поведения;
- Профилактика эмоционального выгорания и хронического стресса;
- Создание условий для успешной социальной интеграции.

Программа по снижению повышенного уровня тревожности отвечает ведущей деятельности подросткового возраста — стремлению к общению со сверстниками, которая реализуется через активное внедрение диалогово-коммуникативных технологий, а также различных техник и методик, направленных на сотрудничество и межличностное взаимодействие.

**Продолжительность программы и количество занятий**

Коррекционно-развивающая программа рассчитана на 18 недель, занятия периодичностью 1 раз в неделю. Занятия проводятся в групповой форме. Продолжительность одного занятия: 60 минут.

Объём и содержание занятий могут быть уточнены с учетом реальных возможностей их выполнения на конкретной практике с сохранением общей направленности на коррекционную психологическую работу. При этом нужно отметить, что продолжительность занятий может варьироваться от 60 минут до 90 минут (в зависимости от выбранной формы занятия). При практическом применении программы есть возможность комбинировать упражнения на удобное, ограниченное рамками учебно — воспитательного процесса, время.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение, упражнения и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная часть направлена на анализ, самопроверку и рефлексию.

**Этапы реализации программы**

**Этап 1. Подготовительный (1–2 недели)**

1.1.Отбор участников программы на основе: диагностики уровня тревожности, анализа школьной успеваемости и наблюдений педагогов, результатов психологического обследования

1.2. Формирование коррекционной группы (8–15 человек);

1.3. Подготовка методических материалов и оборудования;

1.4. Составление расписания занятий и информирование участников.

**Этап 2. Диагностический (1 неделя)**

2.1. Проведение входной диагностики: уровень тревожности, самооценки, коммуникативных особенностей, эмоционального состояния;

2.2. Анализ и интерпретация полученных данных;

2.3. Формирование индивидуальных коррекционных маршрутов.

**Этап 3. Коррекционно-развивающий (18 недель)**

*3.1.Реализация тематических блоков*

*Блок 1. Личностный*

- Знакомство, установление правил группы
- Изучение эмоциональной сферы
- Формирование адекватной самооценки

*Блок 2. Эмоционально-регуляторный*

- Расширение эмоционального словаря
- Обучение идентификации эмоций
- Развитие эмоционального интеллекта

*Блок 3. Коммуникативная компетентность*

- Развитие навыков общения
- Преодоление барьеров в коммуникации
- Формирование уверенного поведения

*Блок 4. Личностное развитие*

- Развитие рефлексии и самопонимания
- Навыки конструктивного решения проблем
- Формирование жизненных перспектив

*3.2. Регулярный мониторинг динамики:*

- Еженедельное наблюдение за участниками
- Корректировка содержания занятий по необходимости
- Индивидуальная работа с особыми случаями

**Этап 4. Контрольно-оценочный (1 неделя)**

4.1.Проведение итоговой диагностики (повтор диагностических методик)

4.2.Сравнительный анализ результатов входной и итоговой диагностики

4.3.Оценка эффективности программы:

- Динамика уровня тревожности
- Изменения в самооценке
- Улучшение социальной адаптации

**Этап 5. Рефлексивно-аналитический (1 неделя)**

5.1. Проведение заключительной встречи с участниками

5.2. Анкетирование участников об эффективности программы

5.3. Подготовка итогового отчета

5.4. Разработка рекомендаций для педагогов и родителей

Длительность полного цикла (от начала диагностики до завершения коррекционно-развивающей программы): 20–22 недели.

**Методическое обеспечение программы**

Для того чтобы сделать занятия в группе личностно значимыми для обучающихся, при выборе методов обучения руководствуемся следующими положениями:

- смысловая целостность занятия;
- включение методик, допускающих разно вариативное отношение к результатам и обсуждаемым вопросам;
- динамичность, увлекательность упражнений и методик;
- разнообразие методов работы.

***Технологии и методы работы:***

- Арт-терапевтические методы (проективный рисунок, коллаж, драматизация);
- Телесно-ориентированные подходы (релаксационные техники, дыхательные упражнения);
- Техники развития эмоционального интеллекта;
- Социально-психологический тренинг;

- Игровые методы и ролевые игры;
- Методы групповой дискуссии и рефлексии.

***Психодиагностические методики, используемые в работе:***

- Шкала ситуативной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина. Методика включает две субшкалы, измеряющие ситуативную тревожность (реакцию на конкретную ситуацию) и личностную тревожность (устойчивую характеристику личности). Шкала позволяет выявить уровень эмоционального напряжения, оценить эффективность коррекционного воздействия.
- Цветовой тест Люшера. Проективная методика, основанная на субъективном предпочтении цветовых стимулов. С ее помощью возможно выявление неосознаваемых эмоциональных состояний, определение источников стресса.
- Экспресс-диагностика уровня самооценки Фетискина. Бланковая методика, позволяющая количественно оценить уровень самооценки. Делает возможным измерение адекватности самооценки, выявление зон заниженной и завышенной самооценки.
- Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири. Опросник, оценивающий 8 типов межличностного взаимодействия. С его помощью возможно выявление стиля общения, диагностика нарушений межличностных отношений.
- Тест «Коммуникативные умения». Стандартизированный опросник, оценивающий ключевые компоненты коммуникативной компетентности. С помощью данного теста возможна оценка уровня развития коммуникативных навыков.
- Методика «Стиль поведения в конфликтной ситуации» К. Томаса. Опросник, выявляющий предпочтительные стратегии поведения в конфликте. С помощью него возможно определение индивидуального стиля разрешения конфликтов.
- Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса. Методика, оценивающая типы копинг-стратегий. Позволяет проводить анализ ресурсов совладания со стрессом.

***Критерии отбора методик:***

- Валидность и надежность
- Соответствие возрастным особенностям
- Возможность повторного применения
- Простота обработки и интерпретации
- Соответствие целям коррекционной программы

***Научно-методическое обеспечение программы:***

- Деятельностный подход (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн);
- Гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу);
- Системный подход в психологии (Б.Ф. Ломов, Б.Г. Ананьев);
- Теории тревожности и эмоциональной регуляции (А.М. Прихожан, К. Хорни, Ф.Б. Березин).

**Тематический план занятий**

| № п/п | Темы занятий | Основное содержание и задачи | Упражнения | Кол-во часов |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Зачем нужно знать себя? | Установление контакта, создание безопасной атмосферы<br>*Задачи:*<br>Познакомить подростка с целями занятий. Принять правила проведения занятий. Создать у подростка мотивацию на самопознание. Способствовать самопознанию и рефлексии учащегося. | «Цвет настроения».<br>Самоанализ «Кто я? Какой я?».<br>«Самого себя любить» | 1 |

| № п/п | Темы занятий | Основное содержание и задачи | Упражнения | Кол-во часов |
|---|---|---|---|---|
| 2. | Мои эмоции и чувства | Изучение эмоциональной сферы, расширение эмоционального словаря<br>*Задачи:*<br>Формировать способность к самоанализу. Способствовать отреагированию эмоциональных состояний. | «Наши чувства»<br>«Раскрась свои чувства»<br>«5 ситуаций»<br>Упражнение «Мусорное ведро»<br>Коллажирование «Образ Я» | 1 |
| 3. | Я своими глазами | Формирование адекватного восприятия себя<br>*Задачи:*<br>Формировать способность к самоанализу. Способствовать возникновению желания самосовершенствоваться. | «Что я знаю о себе» | 1 |
| 4. | Самооценка | Выявление личностных ресурсов и сильных качеств<br>*Задачи:*<br>Дать понятие о самоценности человеческого «Я». Продолжать развитие навыков самоанализа и самооценки. | Методика «Самооценка»<br>Дискуссия «Самое-самое».<br>Мозговой штурм<br>«Поведение человека в зависимости от уровня самооценки»<br>«Формула успеха»<br>Методика «Моя вселенная». | 1 |
| 5. | Ярмарка достоинств | Принятие индивидуальных особенностей, развитие самопринятия<br>*Задачи:*<br>Закрепить у учащегося навыки самоанализа. Научить преодолевать барьеры на пути самокритики | «Мои сильные стороны»<br>«Мои добрые дела»<br>«Вы меня узнаете?»<br>«Вверх по радуге». | 1 |
| 6. | Ищу друга | Развитие базовых коммуникативных навыков<br>*Задачи:*<br>Помочь в самораскрытии. Способствовать преодолению барьеров в общении. Совершенствовать навыки общения | «Дружба для меня — это…»<br>«Поиск друзей»<br>«Мой друг»<br>«Ищу друга». | 1 |
| 7. | Барьеры общения | Изучение и преодоление коммуникативных барьеров<br>*Задачи:*<br>Дать учащемуся представления о вербальных барьерах общения. Обучить альтернативным вариантам поведения. | «Нарисуем конфликт»<br>«Словарь конфликта»<br>«Праздничный пирог»<br>«Чего мы хотим?»<br>«Большинство конфликтов…» | 1 |
| 8. | Предотвращение конфликтов | Обучение конструктивному разрешению конфликтов<br>*Задачи:*<br>Выработать умение предотвращать конфликты. Закрепить навыки поведения в конфликтных ситуациях. | «Я-высказывания»<br>«Правила поведения в конфликте»<br>«Картография конфликта»<br>Восточная притча «О гвоздях» | 1 |

| № п/п | Темы занятий | Основное содержание и задачи | Упражнения | Кол-во часов |
|---|---|---|---|---|
| 9. | Уверенное и неуверенное поведение | Формирование навыков уверенного поведения<br>*Задачи:*<br>Дать понятие о сильной личности. Вырабатывать навыки уверенного поведения. | Игра «Зубы и мясо».<br>«Три портрета»<br>«Перспектива» | 1 |
| 10. | Нужна ли агрессия? | Обучение методам управления гневом и агрессией<br>*Задачи:*<br>Дать учащимся представление об агрессивном поведении. Вырабатывать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии. | «Выставка» | 1 |
| 11. | Обида | Обучение методам работы с обидой<br>*Задачи:*<br>Обучать тому, как справляться с обидой. Способствовать формированию адекватной самооценки на основе ОСВК. | «Антоним»<br>«Детские обиды»<br>«Копилка обид» | 1 |
| 12. | Пойми себя | Развитие самопонимания и рефлексии<br>*Задачи:*<br>Формировать у учащегося умение себя. | «Девиз»<br>«Без маски»<br>«Автопортрет»<br>«Диалог с собой» | 1 |
| 13. | Мои проблемы | Обучение конструктивному решению проблем<br>*Задачи:*<br>Познакомить учащегося с термином «проблема». Научить осознавать проблемы и их обсуждать. | Игра «Диалог со своим мозгом»<br>Упражнение с шарами. | 1 |
| 14. | Критика | Формирование адекватного отношения к критике<br>*Задачи:*<br>Познакомить с понятием «критика». Отрабатывать навыки правильного реагирования на критику. | Игра с мячом «Что звучит обидно?».<br>Упражнение на Я — сообщение | 1 |
| 15. | Умение говорить «нет» | Развитие навыков ассертивного поведения<br>*Задачи:*<br>формирование навыков психосоциальной компетенции у подростка. | «Уметь говорить НЕТ»<br>Беседа «Техники отказа»<br>Изучение способов сопротивления<br>Ролевая игра «Отказ» | 1 |
| 16. | Мой жизненный путь | Осознание жизненных целей и перспектив<br>*Задачи:*<br>Обогатить сознание позитивными, эмоционально окрашенными образами личности, повышение уверенности в себе. | «Сокровищница жизненных сил»<br>«Реконструкция жизненного пути» | 1 |
| 17. | Азбука перемен | Планирование личностных изменений<br>*Задачи:*<br>Закрепить полученные знания. Помочь поверить в свои силы. | Составляем «Азбуку перемен».<br>«Нарисуем жизнь».<br>«Полет к звезде» | 1 |

| № п/п | Темы занятий | Основное содержание и задачи | Упражнения | Кол-во часов |
|---|---|---|---|---|
| 18. | ГармониЯ | Интеграция полученного опыта, завершение программы<br>*Задачи:*<br>Закрепление полученных знаний, обогащение позитивными, эмоциональными образами, снижение мышечных зажимов, повышение уверенности в себе. | «Все грани гармонии»<br>«Мое настроение»<br>«Чемодан»<br>«Дерево радости»<br>Релаксация «Волшебный сон» | 1 |

***Ресурсы для реализации программы***

**Требования к специалистам:**

- Высшее психологическое или педагогическое образование (профиль «Психология», «Педагогика и психология»);
- Дополнительная подготовка в области коррекционной психологии, арт-терапии, телесно-ориентированной терапии;
- Опыт работы с подростками;
- Навыки проведения групповой психокоррекционной работы;
- Знание техник психологической диагностики и мониторинга;
- Умение применять методы кризисного вмешательства;
- Навыки работы с сопротивлением и переносом в групповом процессе.

***Критерии эффективности программы:***

- Статистически значимые положительные изменения по всем диагностическим методикам;
- Позитивная динамика в процессе групповой работы;
- Удовлетворенность участников результатами программы;
- Устойчивость достигнутых результатов через 3 месяца после завершения программы;
- Улучшение академических показателей и социального функционирования.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2345**

# Коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Память поколений: игры разных народов как средство коррекционно-профилактического ресурса для детей с нарушениями слуха»

**III место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Бараева Руфина Ховезовна,*** *педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

***Жидкова Кристина Александровна,*** *педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

***Земцова Александра Михайловна****, педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

***Литвинова Елизавета Сергеевна,*** *педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

***Норкина Светлана Викторовна,*** *педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

***Чебаненко Алёна Самвеловна,*** *педагог-психолог ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36», г. Ставрополь*

Представленная коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа «Память поколений: игры разных народов как средство коррекционно-профилактического ресурса для детей с нарушениями слуха» представляет собой научно обоснованный методический комплекс, направленный на решение ряда задач педагога-психолога и дефектолога, сопровождающих образовательный процесс младших школьников с нарушениями слуха. К ним можно отнести особенности развития познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной и двигательной сфер.

Нарушение слуха у детей обусловливает специфику развития познавательной сферы, затрагивая восприятие, память, мышление и речь. Данные особенности связаны с ограниченностью слуховых ощущений и восприятий, в результате чего основная нагрузка по переработке информации распределяется на зрительный анализатор.

Существенное влияние нарушение слуха оказывает и на становление эмоционально-волевой сферы. Эмоции, являясь фундаментом психического развития ребёнка, согласно исследованиям Л.С. Выготского и А.В. Запорожца, при своих нарушениях порождают системные последствия: от снижения познавательной работоспособности до формирования стойких поведенческих девиаций и социальной дезадаптации.

У младших школьников с нарушениями слуха наблюдается замедленное развитие координационных способностей. Это обусловлено, прежде всего, нарушением последовательности и задержкой в формировании двигательного репертуара, что замедляет процесс овладения двигательными навыками и препятствует запуску ряда важнейших процессов развития. Психофизические и возрастные особенности развития координационных способностей у данной категории детей исследовались рядом учёных (Молчанова Л.Н., Бузовкина А.В., Платонова Я.В. и др.). Формы, методы и условия развития этих способностей разрабатывались в трудах В.В. Лебединского, Коноваловой А.О., Калюжина В.Г., Боряковой Н.Ю. и других исследователей.

**1.2. Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлена спецификой развития детей с нарушениями слуха, для которых характерны трудности в спонтанном усвоении социальных норм, развитии речи и коммуникации, что приводит к риску социальной изоляции. Программа предлагает традиционный подход, используя народную игру как наглядно-действенный и мотивирующий инструмент развития, коррекции и профилактики. Адаптация игр проводится с акцентом на зрительное восприятие, тактильные ощущения и ритмику.

**1.3. Сведения об уровне образования, виде и направленности программы**

**Уровень образования:** начальное общее образование (варианты 1.2, 2.2, 2.3 ФГОС ОВЗ для слабослышащих и позднооглохших обучающихся).

**Вид программы:** коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа.

**Направленность:** коррекция и развитие когнитивной и личностно-коммуникативной сфер и этнокультурное воспитание.

**1.4. Целевая аудитория и целевая группа**

**Целевая аудитория**

Дети 7–11 лет с нарушениями слуха разной степени, в том числе после состояния кохлеарной имплантации.

**Социально-психологические особенности:** особенности в развитии устной и письменной речи, вербальной коммуникации; ведущая роль у зрительного восприятия и памяти, а также наглядно-образного и наглядно-действенного мышления; потенциальные трудности понимания абстрактных понятий и правил; возможные проблемы в формировании коммуникативных навыков; отставание в развитии когнитивных процессов и моторных функций.

**1.5. Описание проблемной ситуации**

**Когнитивный уровень:** недостаточный уровень развития познавательной сферы; фрагментарность знаний о социальных нормах; трудности понимания инструкций; недостаточность знаний о культуре и традициях народов России.

**Эмоционально-волевой уровень:** повышенная тревожность в новых социальных ситуациях; неумение проявлять адекватные эмоции в соответствии с ситуацией; фрустрация из-за коммуникативных неудач.

**Поведенческий уровень:** несоблюдение заданной дисциплины; повышенная возбудимость/ригидность, проявляющееся в поведении; моторная неловкость.

**1.6. Цели и задачи программы**

**Цель:** коррекция и развитие когнитивных процессов, эмоционально-волевой сферы, личностных качеств, двигательной сферы, воспитание уважительного отношения к традициям российского народа у детей с нарушениями слуха в процессе адаптированной народной игровой деятельности.

**Задачи:**

*Коррекционные:* корректировать недостатки в развитии вербальной коммуникации, нарушения в двигательной сфере.

*Развивающие***:** развивать когнитивные процессы, а именно восприятие, внимание, память, речь, мышление, воображение, развивать эмоционально-волевую сферу и внутренний ресурс личности; формировать навыки работы в паре и команде; развивать двигательные навыки.

*Профилактические:* профилактика девиантного поведения обучающихся.

*Образовательные:* расширять знания детей о народных играх России.

*Воспитательные:* воспитывать уважительное отношение к традициям российского народа; передавать опыт предыдущего поколения; воспитывать эмоционального, сознательного, действующего в меру своих возможностей ребенка.

**1.7. Длительность реализации**

**Период времени:** 1 учебный год.

**Количество академических часов:** 34 занятия.

**Режим проведения:** 1 занятие в неделю продолжительностью 40 минут.

**1.8. Этапы и алгоритм реализации программы:**

**1. Подготовительный этап** (вводное занятие):

1) познакомить участников с программой и тематикой занятий;
2) определить правила работы группы;
3) повысить мотивацию обучающихся к участию в занятиях через положительный игровой опыт.

**2. Основной (коррекционно-развивающий) этап** (32 недели).

1) организация и проведение тематических занятий с обучающимися;
2) консультирование педагогов и родителей при необходимости или их запросу.

**3. Заключительный этап** (итоговое занятие-праздник):

1) закрепить навыки коммуникации, произвольной регуляции, координации движений.
2) актуализировать знания об играх и народах России; развивать рефлексивные навыки.
3) систематизировать знания о культурном разнообразии России.
4) воспитывать чувство гордости за свою страну, уважение к многообразию культур, благодарность группе.

**1.9. Методическое обеспечение**

1. **Научно-методическое обеспечение:** программа опирается на положения **сурдопсихологии и сурдопедагогики** (Р.М. Боскис, Т.А. Власова), теорию деятельности и игровой деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин), принципы полисенсорного подхода в коррекционной работе.
2. **Нормативно-правовое обеспечение:** ФГОС ОВЗ, Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ, Профессиональный стандарт «Педагог-дефектолог», Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»

**1.10. Ожидаемые результаты**

1) формирование положительной групповой динамики и снижение проявлений коммуникативной тревожности.
2) сформированность умения работать в паре и команде.
3) улучшение координации движений и ориентации в пространстве.
4) расширение активного словаря, связанных с эмоциями и игровыми действиями.
5) приобретение базовых знаний о культурах и играх народов России.

**1.11. Психодиагностический инструментарий**

1. *Наблюдение с целью фиксации проявления коммуникации;*
2. *Познавательные процессы:*

1) «Исключение предметов (Четвертый лишний)» (модификация Т.В. Егоровой) — диагностика операции обобщения и классификации;
2) «Сравнение понятий» — диагностика операций анализа, синтеза и вербального сравнения;
3) «Простые аналогии» — диагностика операции сравнения и логических умозаключений;
4) «Изучение и определение уровня словесно-логической памяти» (Л.Ф. Тихомирова) — также упоминалась как запоминание пар слов;
5) «Схемы» (адаптированная методика «Мнемотехника») — последовательность и осмысление;
6) «Определение запоминания и воспроизведения текстов» (Э.Н. Петлякова, С.Н. Подгорная);

*3. Эмоционально-волевая и коммуникативная сфера:*

1) «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина);
2) Метод наблюдения — для фиксации проявления коммуникативных навыков.

*4. Двигательная сфера и координация*

1) «Домик» (Н.И. Гуткина) — зрительно-моторная координация, копирование образца;
2) «Разрезные картинки» (С.Д. Забрамная) — целостность восприятия;
3) Пробы Хэда — зрительно-пространственная организация движений;
4) Проба Ромберга «Аист» — статическое равновесие.

**1.12. Описание используемых методик и технологий**

1) адаптированные традиционные игры.
2) телесно-ориентированные и танцевально-двигательные методики для развития координации и снятия мышечных зажимов.
3) элементы психогимнастики и релаксации;
4) моделирование, визуальные схемы
5) технологии постановки и автоматизации социальных навыков через сценарии игр.

**1.13. Система внутреннего контроля**

Ведение отчетной документации: журнал, дневник наблюдения после каждого проведенного занятия. Беседы с классным руководителем и воспитателем класса.

**Факторы, влияющие на достижение результатов**

**1) Положительные:** систематичность занятий, согласованная работа специалистов, поддержка семьи, адекватная техническая оснащенность (слуховые аппараты, импланты).

**2) Отрицательные:** сложная структура дефекта (например, сочетанные нарушения), нерегулярность посещений, отсутствие единой коммуникативной стратегии в окружении ребенка.

**1.14. Сведения о практической апробации программы**

1. **Регион проведения:** Ставропольский край, город Ставрополь.
2. **Организация-участник:** Государственное казённое общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя»
3. **Категория испытуемых:** дети с нарушениями слуха младшего школьного возраста.
4. **Общий объем выборки:** 75 человек.
5. **Описание выборки**
6. **Экспериментальная группа (ЭГ):** 75 детей (49 мальчиков, 26 девочек), возраст 7–11 лет. Все дети используют слуховые аппараты или кохлеарные импланты.

### 1.15. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

Оценка эффективности разработанной программы, основанной на использовании народных игр как средства психокоррекции, проводилась на выборке из 75 обучающихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха (слабослышащие, позднооглохшие, дети после кохлеарной имплантации). Сравнительный анализ данных, полученных в ходе первичной и итоговой диагностики, позволяет говорить об устойчивой положительной динамике в развитии ключевых сфер личности ребёнка, однако результаты позволяет говорить об устойчивой положительной динамике в развитии ключевых сфер личности ребёнка.

В сфере познавательных процессов, в частности словесно-логической памяти, наиболее заметный сдвиг произошёл за счёт перехода обучающихся с низкого уровня развития на средний. Если до начала занятий критически низкие показатели демонстрировали 82 % детей, испытывавших трудности даже с выполнением простой инструкции, то после реализации программы этот показатель снизился до 53 %, а доля детей со средним уровнем выросла практически в 2,5 раза (с 17 % до 44 %). Качественный анализ показывает, что включение в игры рифмованных правил, считалок и цепочек действий помогло детям научиться использовать простейшие мнемотехнические приёмы и удерживать в памяти алгоритм игры. В то же время следует признать, что существенного прироста в группе с высоким уровнем развития памяти не зафиксировано (изменение в пределах статистической погрешности — с 1 % до 3 %).

**1. Динамика развития познавательных процессов**

В сфере познавательных процессов, в частности словесно-логической памяти, наиболее заметный сдвиг произошёл за счёт перехода обучающихся с низкого уровня развития на средний. Если до начала занятий критически низкие показатели демонстрировали 82 % детей, испытывавших трудности даже с выполнением простой инструкции, то после реализации программы этот показатель снизился до 53 %, а доля детей со средним уровнем выросла практически в 2,5 раза (с 17 % до 44 %). Качественный анализ показывает, что включение в игры рифмованных правил, считалок и цепочек действий помогло детям научиться использовать простейшие мнемотехнические приёмы и удерживать в памяти алгоритм игры. Это указывает на то, что игровые методы эффективно формируют базовую произвольность и способность запоминать конкретный материал, но пока недостаточно влияют на сложные механизмы смыслового, абстрактного запоминания у данной категории детей.

**2. Динамика эмоционально-личностной сферы**

Значительные качественные изменения наблюдаются в эмоционально-волевой сфере. Благодаря психотерапевтическому потенциалу народной игры, в которой естественным образом моделируются ситуации успеха, неудачи и смены ролей, удалось повысить уровень эмоциональной грамотности. Педагоги отмечают снижение физической агрессии в ответ на проигрыш: дети стали чаще использовать вербальные способы выражения чувств. Однако здесь также выявлено ограничение: если базовые эмоции (радость, гнев) дети научились распознавать хорошо, то тонкая эмоциональная дифференциация (различение удивления и страха, обиды и грусти) по-прежнему вызывает затруднения у трети испытуемых. Это говорит о необходимости усилить работу именно над нюансировкой эмоциональных состояний, возможно, с использованием дополнительных визуальных опор.

**3. Динамика двигательной сферы**

Анализ двигательной сферы и координации выявил специфическую особенность: программа оказала выраженное положительное влияние на зрительно-моторную координацию и ориентацию в пространстве, но оказалась малоэффективной в отношении статического равновесия. Так, по методике «Домик» точность копирования и работы рук улучшилась, дети стали совершать меньше пространственных ошибок. Около 20–30 % детей сохраняют низкий уровень статического равновесия, что объясняется первичными физиологическими нарушениями вестибулярного аппарата, которые трудно поддаются коррекции исключительно с помощью подвижных игр без специализированных нейропсихологических.

### 1.16. Ограничения применения программы и предложения по ее дальнейшему развитию

Реализация программы также выявила ряд организационно-методических ограничений. Гетерогенность группы, в которой присутствуют дети с разным уровнем речевого развития и слухового восприятия (в том числе после КИ), создавала трудности в освоении правил: то, что было доступно одним, требовало длительного разъяснения другим.

### 1.17. Предложения по развитию

В качестве вектора дальнейшего развития программы целесообразно дифференцировать игровой материал по уровням сложности речевых инструкций, а также усилить блок нейрокоррекции специальными упражнениями на балансирах для компенсации вестибулярных нарушений. Также перспективным видится вовлечение родителей в процесс закрепления навыков, поскольку перенос опыта игры на занятиях в реальные условия происходит медленнее, чем ожидалось. Дальнейшим развитием данной программы выступает разработка дистанционного модуля для родителей с видео-инструкциями по народным играм для домашних занятий, а также создание цифрового интерактивного пособия-путеводителя по народным играм России для детей с нарушениями слуха.

## 2. Содержание коррекционно-развивающей психолого-педагогической программы «Память поколений: игры разных народов как средство коррекционно-профилактического ресурса для детей с нарушениями слуха»

| № | Дата проведения План | Дата проведения Фактически | Тема занятия | Коррекционно-развивающая цель |
|---|---|---|---|---|
| 1 | | | Знакомство с миром народных игр | Развитие коммуникативных навыков (установление зрительного контакта, умение представиться) и развитие произвольной регуляции (принятие правила «поднятой руки») |
| 2 | | | Кавказ: Дагестан | Развитие пространственных представлений (ориентация в зале) и развитие зрительно-моторной координации (повтор движений в «Зеркале») |
| 3 | | | Кавказ: Дагестан | Развитие сенсомоторики (тактильное восприятие) и развитие внимания (концентрация на действии с мелкими предметами) |
| 4 | | | Кавказ: Осетия | Развитие произвольной регуляции (выполнение действий по очереди) и развитие меткости |
| 5 | | | Кавказ: Осетия | Развитие эмоционального интеллекта (распознавание базовых эмоций) и развитие навыков взаимодействия в паре |
| 6 | | | Кавказ: Кабардино-Балкария | Развитие скорости реакции на сигнал и развитие произвольности (следование визуальным сигналам) |
| 7 | | | Кавказ: Кабардино-Балкария | Развитие равновесия (удержание статической позы) и развитие координации движений в группе |
| 8 | | | Кавказ: Ингушетия | Развитие крупной моторики (координация движений) и развитие внимания (распределение) |
| 9 | | | Кавказ: Ингушетия | Развитие ритмического чувства и развитие слухового внимания (реакция на звуковые сигналы) |
| 10 | | | Калмыкия | Развитие мелкой моторики (пинцетный захват, моторика стоп) и развитие речевых навыков (пропедевтика звука [Ж]) |
| 11 | | | Калмыкия | Развитие зрительно-моторной координации (выкладывание узора) и развитие произвольности (соблюдение очередности) |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 12 | | | Приволжье: Башкирия | Развитие вестибулярного аппарата (удержание равновесия) и развитие речевого дыхания (направленная воздушная струя) |
| 13 | | | Приволжье: Башкирия | Развитие памяти (запоминание предметов) и развитие навыков классификации |
| 14 | | | Приволжье: Марий Эл | Развитие ритмичности (воспроизведение ритма ногами) и развитие пространственных представлений |
| 15 | | | Приволжье: Марий Эл | Развитие ориентации в пространстве (движение по схеме) и развитие меткости |
| 16 | | | Приволжье: Мордовия | Развитие скорости реакции (ответ на зрительный сигнал) и развитие навыков взаимодействия в паре |
| 17 | | | Приволжье: Мордовия | Развитие силовых качеств (адекватное применение силы) и развитие самоконтроля (регуляция усилий) |
| 18 | | | Приволжье: Татарстан | Развитие произвольной регуляции (переключение между действиями) и развитие понимания игровых правил |
| 19 | | | Приволжье: Татарстан | Развитие ловкости (изменение направления движения) и развитие координации в эстафете |
| 20 | | | Приволжье: Удмуртия | Развитие зрительно-моторной координации (действия по схеме) и развитие меткости |
| 21 | | | Приволжье: Удмуртия | Развитие чувства ритма (движение в общем темпе) и развитие синхронности действий с группой |
| 22 | | | Приволжье: Чувашия | Развитие скоростно-силовых качеств (бег с ускорением) и развитие ловкости (уворачивание) |
| 23 | | | Приволжье: Чувашия | Развитие силового взаимодействия в паре и развитие речевых навыков (проговаривание реплик) |
| 24 | | | Сибирь: Бурятия | Развитие равновесия (удержание позы на одной ноге) и развитие согласованных действий в тройке |
| 25 | | | Сибирь: Бурятия | Развитие глазомера (оценка расстояния) и развитие стратегического мышления |
| 26 | | | Сибирь: Якутия | Развитие координации (движение в упряжке) и развитие реакции на сигнал |
| 27 | | | Сибирь: Якутия | Развитие ловкости (быстрое перестроение) и развитие распределения внимания |
| 28 | | | Сибирь: Тыва | Развитие внимания (распределение и устойчивость) и развитие невербальной коммуникации |
| 29 | | | Сибирь: Тыва | Развитие счетных операций и развитие пространственной ориентации |
| 30 | | | Север: Коми | Развитие тактильного восприятия и развитие контроля импульса |
| 31 | | | Север: Коми | Развитие конструктивной деятельности и развитие навыков совместной работы в группе |
| 32 | | | Русский народ | Развитие ритмичности (движение в хороводе) и развитие эмоциональной выразительности |
| 33 | | | Русский народ | Развитие командного взаимодействия и развитие самоконтроля (соблюдение очередности) |
| 34 | | | Путешествие по играм народов России завершено! | Развитие обобщающих понятий и развитие навыков самооценки |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2347**

# Коррекционно-развивающие (психологические) занятия по коррекции когнитивной, эмоционально-волевой сфер и поведения младших школьников с нарушением интеллекта

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Буркова Оксана Владимировна,*** *педагог-психолог высшей квалификационной категории ГБОУ Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат № 12, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», г. Екатеринбург*

Программа направлена на создание психологических ресурсов для обеспечения благоприятной образовательной среды, специальных образовательных условий и психологического сопровождения младших школьников с нарушением интеллекта.

Программа позволяет реализовать направления коррекционно-развивающей работы, способствующие психологической коррекции нарушений когнитивной, эмоциональной сфер и поведения, а также формированию жизненных компетенций, обучающихся с нарушением интеллекта. Выбор содержания программы, методов, приемов, упражнений, игр психологической коррекции обоснован автором с точки зрения особых образовательных потребностей, обучающихся с нарушением интеллекта и инвалидностью в психолого-педагогическом сопровождении, в создании специальных условий их социально-средовой, социально-педагогической, социально-психологической и социально-коммуникативной реабилитации. Реализация данной программы доказала свою эффективность, что подтверждается результатами внутренней оценки качества образования образовательной организации, личностными результатами и базовыми учебными действиями, сформированными у обучающихся.

Данная программа может быть использована в работе педагогов-психологов инклюзивных образовательных организаций, а также отдельных образовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы.

**Сведения об уровне образования, для которого реализуется программа**

Программа реализуется на 1 этапе обучения (1–4 классы) детей с нарушением интеллекта в соответствии с Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

**Сведения о виде / направленности программы**

«Программы коррекционно-развивающей работы» — психолого-педагогические программы и технологии, направленные на создание психологических ресурсов для обеспечения благоприятной инклюзивной среды в образовательной организации, специальных образовательных условий и психологического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

**Целевая аудитория**

**О**бучающиеся с ОВЗ, дети-инвалиды.

**Социально-психологические особенности:**

Лица с ОВЗ и дети-инвалиды представляет собой одну из наиболее социально уязвимых групп, обучающихся в силу наличия у них ряда специфических психофизиологических особенностей, обуславливающих необходимость организации и реализации такого образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения, которые были бы способны в полной степени удовлетворить особые образовательные потребности данных индивидов.

Общие психологические особенности:

1. Имеются определенные коммуникационные барьеры, трудности в установлении межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками;
2. Темп познавательной деятельности крайне низкий по сравнению с их нормально развивающимися сверстниками;
3. Проблемы в произвольной регуляции собственной деятельности; проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе).
4. Могут проявляться различные по степени выраженности трудности в адаптации к школьному обучению, распорядку, правилам поведения;
5. Повышенная тревожность, многие дети с ОВЗ отличаются повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;
6. У некоторых обучающихся наблюдаются неадекватная самооценка, капризность, инфантилизм, склонность к избеганию трудностей, чрезмерная зависимость от близких;
7. Для большинства таких детей с ОВЗ характерна повышенная утомляемость; быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания. У некоторых детей в результате утомления возникает двигательное беспокойство;
8. Часто проявляют негативную реакцию на обучение в школе (в случае, когда образовательная среда создана без учета их психофизических особенностей и образовательных потребностей).

**Целевая группа**

Обучающиеся с нарушением интеллекта, которым по заключениям ПМПК рекомендовано образование по адаптированным основным общеобразовательным программам образования обучающихся с нарушением интеллекта (Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями»).

Обучающиеся школы имеют инвалидность на основании справки МСЭ и ИПРА ребенка-инвалида, нуждаются в проведении мероприятий по психолого-педагогической реабилитации или абилитации.

Обучающиеся с тяжелыми множественными нарушениями развития (нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА), расстройствами аутистического спектра (РАС))

**Цели и задачи программы**

**Цель программы:** создание комплексной психолого-педагогической системы содействия успешности воспитания, развития, как условия социальной адаптации обучающихся через организацию и проведение просветительских, диагностических, обучающих, коррекционно-развивающих мероприятий с субъектами образовательного процесса (обучающиеся, родители, педагоги, специалисты и пр.).

**Задачи программы:**

1. Формирование личностных мотивов к самостоятельному выполнению познавательных действий и решению познавательных задач.
2. Формирование способов усвоения новых знаний и овладения новыми умениями.
3. Коррекция и развитие когнитивной, эмоционально-волевой и поведенческой сфер обучающихся.

4. Всестороннее психолого-педагогическое изучение индивидуальных особенностей обучающихся, особых образовательных потребностей и потенциальных возможностей на основе экспертной междисциплинарной работы.
5. Психолого-педагогическое, информационно-просветительское сопровождение участников образовательных отношений.

**Длительность реализации программы**

Программа рассчитана на 1 учебный год, занятия проводятся 2 раза в неделю, всего 68 часов в год.

**Измеряемые конструкты и критерии оценки планируемых результатов и характеристики (признаки, свойства, параметры и т.п.)**

**Общие ожидаемые результаты реализации программы**

1) осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК);

2) определение особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов;

3) определение особенностей организации образовательного процесса для детей в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка;

4) обеспечение дифференцированных условий образования:

- оптимальный режим учебных нагрузок;
- вариативные формы получения образования и специализированной помощи в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии;
- коррекционная направленность учебно-воспитательного процесса;
- учет индивидуальных особенностей ребенка;
- соблюдение комфортного психоэмоционального режима.

5) создание условий, способствующих освоению детьми с ограниченными возможностями здоровья основной образовательной программы начального, либо основного, либо среднего общего образования и их инклюзии в образовательной организации.

К основным результатам оказания адресной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью можно отнести создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей, посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

**Планируемые результаты коррекции когнитивной сферы:**

- Развитие коммуникативных качеств, обогащение эмоционального опыта, активизация мышления, развитие памяти и внимания.
- Формирование позитивной мотивации на познавательную деятельность, осознание и переживание успехов и неудач, результатов деятельности.
- Умение сравнивать предметы и понятия, логически рассуждать, пользуясь приёмами анализа, сравнения, обобщения, классификации, систематизации.
- Выделение существенных признаков предметов, обобщение и классификация понятий, предметов, явлений.
- Определение отношений между понятиями или связей между явлениями и понятиями.
- Концентрация внимания на учебной задаче, умение концентрировать и переключать внимание.
- Самостоятельное выполнение заданий, осуществление самоконтроля, оценка себя, поиск и исправление ошибок.

- Решение логических задач, нахождение нескольких способов решения задач.
- Улучшение уровня пространственной сообразительности, зрительно-моторной координации.
- Умение работать в группе (при групповых формах работы).

**Планируемые результаты коррекции эмоционально-волевой сферы:**

- Личностные результаты. Готовность и способность к саморазвитию и личностному самоопределению, мотивация к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, система значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловые установки.
- Базовые учебные действия. Повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности, снятие психического напряжения, тревоги, страхов, умение управлять своими эмоциями.
- Коммуникативные БУД. Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, готовность слушать собеседника и вести диалог, сформированность умения правильно выражать свои чувства, овладение умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении.
- Познавательные БУД. Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения познавательных задач.
- Повышение активности и самостоятельности. Повышение уровня представлений о различных эмоциях, умение понимать и выражать собственные чувства, формирование навыков самоконтроля, перевода агрессивных реакций в социально приемлемые формы.
- Улучшение взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Улучшение самоконтроля и саморегуляции.

**Планируемые результаты коррекции поведения:**

- Повышение уровня представлений о различных эмоциях, умение понимать и выражать собственные чувства.
- Снижение психоэмоционального напряжения.
- Повышение активности и самостоятельности обучающихся.
- Формирование навыков самоконтроля, перевода агрессивных реакций в социально приемлемые формы.
- Умение управлять своим настроением и поведением в определённых ситуациях.
- Умение снимать психоэмоциональное напряжение.
- Развитие навыков совместной деятельности, закрепление конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций.
- Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий.
- Овладение методами саморегуляции.
- Социализация и адаптация в современном обществе.

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

### Диагностический модуль программы

Диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление детей с ограниченными возможностями здоровья, проведение их комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию им психолого-педагогической помощи в условиях образовательной организации.

Для диагностики когнитивной сферы используется комплекс методик психолого-педагогической диагностики (Цветные прогрессивные матрицы Равена, Предметная классификация, Исключение неподходящего предмета, Кубики Кооса, Последовательность событий, Опосредованное запоминание по А.Н. Леонтьеву, Пиктограмма и др.)

А.В. Хаустов. Оценка коммуникативных навыков у детей с аутистическими нарушениями.

Для определения уровня развития эмоционально-волевой сферы обучающихся используются: проективная диагностика детей «Выбери нужное лицо» Р. Тэммла, М. Дорки, В. Амена, проективная рисуночная методика «Кактус» М.А. Панфиловой, цветовой тест Люшера.

Диагностика состояния развития эмоционально-волевой сферы обучающихся нарушениями интеллекта происходило при помощи методики «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (авторы: Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина). Цель данной методики — выявление уровня знаний и представлений об эмоциях и причинах их возникновения у человека и у себя.

В данной методике было представлено три различных уровня, в зависимости от ответов, обучающихся:

- высокий уровень понимания эмоциональных состояний — от 22 до 26 верных ответов;
- средний уровень понимания эмоциональных состояний — от 16 до 21 верного ответа;
- низкий уровень понимания эмоциональных состояний — меньше 16 верных ответов.

Эффективность реализации программы подтверждают результаты мониторинга за 2022–2025 годы.

На момент начала работы, большая часть учеников 2-ых классов демонстрировала низкий уровень развития эмоционально-волевой сферы (70% учащихся), средний же уровень был зафиксирован только у 30% детей. У учащихся наблюдалась низкая активность в играх и недостаточное общении со сверстниками, ученики избегали общения со взрослыми, помимо этого наблюдалась повышенная эмоциональная возбудимость и раздражительность. Всё это говорит о необходимости развития эмоционально-волевой сферы обучающихся.

С этой целью проводились специальные психологические занятия, направленные на улучшение школьной адаптации, развитие коммуникационной сферы детей. Была организована школьная служба примирения, направленная на профилактику и снижения конфликтов между учениками, были проведены различные тренинги и работа с учащимися из группы риска. Как итог, в 2025 году, в мае, появились заметные результаты, так, низкий уровень развития эмоционально-волевой сферы выявлен лишь у 30% детей, у 60% средний, и даже у 10% младших школьников высокий уровень развития.

Диагностика развития познавательной сферы обучающихся с умственной отсталостью нарушением интеллекта проводилась на основе теста Равена, а именно «Цветные прогрессивные матрицы». Указанная методика позволяет исследовать невербальное мышление.

В данной методике было представлено три различных уровня, в зависимости от ответов, обучающихся:

- высокий уровень — 23 и более баллов (70–100% верных решений).
- средний уровень — 16–22 балла (45–70% верных решений).
- низкий уровень — менее 17 баллов (менее 45% верных решений).

На момент начала работы, практически все ученики 2-ых классов показывали низкий уровень развития познавательной сферы (90% учащихся), средний же уровень был зафиксирован только у 10% детей. У учащихся преобладало именно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, у обучающихся были очень слабо развиты такие познавательные операции, как: анализ, синтез и обобщение. Всё это говорит о необходимости развития познавательной сферы обучающихся.

С этой целью проводились специальные психологические занятия, направленные на развитие высших психических функций детей. С детьми проводились занятия и им давались специальные упражнения на развитие всех высших психических функций. Был запущен большой проект «Недели психологии», во время которого с детьми более активно велись специальные занятия, направленные на развитие их психической и познавательной деятельности.

Как итог, в 2025 году, в мае, появились заметные результаты, так, низкий уровень развития познавательной сферы выявлен лишь у 30% детей, у 50% средний, и даже у 20% младших школьников высокий уровень развития.

**Описание используемых методик, технологий**

Коррекционно-развивающая работа обеспечивает своевременную специализированную помощь в освоении содержания образования и коррекцию недостатков в физическом и психическом развитии обучающихся с нарушением интеллекта, способствует формированию базовых учебных действий у обучающихся (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных).

**Коррекционные занятия осуществляются при использовании различных методов:**

практические — упражнения, игры, моделирование, инсценировки, техника «арт-терапия», практические опыты;

наглядные — наблюдение, работа с картинками, аудио- и видеоматериалами, сенсорным инвентарем (мячи, обручи, сенсорная «тропа» для ног, массажный коврик, полусфера);

словесные — беседа, рассказ, пояснение, объяснение, педагогическая оценка;

двигательные — используются для актуализации и закрепления любых телесных навыков, предполагают включенность таких психических функций, как эмоции, память, восприятие, процессы саморегуляции, речь.

Для коррекции нарушений поведения у детей с нарушением интеллекта используются **специальные методики**, адаптированные под индивидуальные потребности каждого ребенка:

**Поведенческие технологии** — систематическое наблюдение за поведением, создание положительных моделей поведения, которые ребёнок может копировать. Основаны на теории научения, а также на принципах классического и оперантного обуславливания. В основе лежит идея, что симптомы некоторых психических расстройств обязаны своим появлением неверно сформированным навыкам. Цель таких методов — устранить нежелательные формы поведения и выработать новые, полезные для клиента навыки.

**Система поощрений** — позитивное подкрепление помогает закреплять желаемое поведение.

**Метод визуальных расписаний и социальных историй** — помогает детям структурировать своё поведение и понимать, что их ожидает в течение дня.

**Методы саморегуляции** — учат детей осознавать и контролировать свои эмоции и поведение, например, обучение дыхательным упражнениям или техникам релаксации, нервно-мышечная релаксация, аутогенная тренировка, идеомоторная тренировка и сенсорная репродукция образов. Задачи таких методов — снять проявления стрессовых состояний, уменьшить степень эмоциональной напряжённости деятельности, предотвратить её нежелательные последствия и усилить мобилизацию ресурсов.

**Методы творческого самовыражения**: арт-терапия, игротерапия, музыкотерапия, психогимнастика.

**Методы имаготерапии**: куклотерапия, образно-ролевая драматизация, психодрама. Воздействие через образ, театрализацию.

**Методы библиотерапии.** Коррекционное воздействие чтением, сказкотерапия, сочинение историй.

**Учебно-тематическое планирование**

| № | Разделы программы, темы занятий | Методы, приемы, игры, упражнения, тренинга |
|---|---|---|
| | **Раздел «Когнитивная сфера»** | |
| 1 | Развитие зрительного и слухового восприятия | «Чего не хватает»<br>«Путаницы»<br>«Помоги забраться в домик»<br>«Кто в зеркале». «Угадай, где позвонили?»<br>«Цирковые лошадки»<br>«Найди картинку» |

| № | Разделы программы, темы занятий | Методы, приемы, игры, упражнения, тренинга |
|---|---|---|
| 3 | Развитие памяти | Игра «Запомни порядок»<br>Упражнение «Фигуры».<br>Упражнение «Предмет»<br>Игра «Я — фотоаппарат»<br>Упражнение «Зоркий глаз»<br>Упражнение «Первопроходец»<br>Упражнение «Под копирку»<br>Зарядка для ума **(приложение 1)** |
| 4 | Развитие внимания | «Найди предмет»<br>«Зеркало»<br>«Повтори после меня» (жесты)<br>«Цветные кнопки»<br>«Что изменилось?» |
| 5 | Развитие математических представлений и мышления | Математическое лото<br>Кубики с числами<br>Считывающие карты<br>Логические игры и задачи на логику.<br>Загадки с символами<br>Лабиринты |
| 6 | Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации | «Найди направление»<br>«Танцующие направления»<br>Упражнения на ориентацию относительно собственного тела<br>«Повторяй за мной»<br>«Назови сторону»<br>Занятия для понимания направлений на плоскости<br>«Найди на картинке»<br>«Помоги игрушке» |
| | **Раздел «Эмоционально-волевая сфера»** | |
| 1 | Я и моё настроение | «Путешествие в Страну Эмоций»<br>«Волшебный магазин»<br>«Букет приятных событий»<br>«Моё настроение сейчас»<br>«Как ты себя сегодня чувствуешь?» |
| 2 | Что такое эмоции? | «Изобрази, угадай эмоцию»<br>«Угадай эмоцию»<br>«Проигрывание эмоций»<br>«Список чувств»<br>«Наоборот»<br>«Что такое доброта?» |
| 3 | Радость | «Радостные лица»<br>«Я радуюсь, когда…»<br>«Добрый волшебник»<br>«Подари подарок соседу»<br>«Ладошки»<br>«Снежинки — эмоции |
| 4 | Грусть (печаль) | «Волшебный стул»<br>«Кладоискатель»<br>«Портрет»<br>«Закончи предложение»<br>«Не грусти!» |

| № | Разделы программы, темы занятий | Методы, приемы, игры, упражнения, тренинга |
|---|---|---|
| 5 | Гнев. Почему я злюсь? | «Нарисуй свой гнев»<br>«Ругаемся овощами, хвалим фруктами»<br>«Вулкан»<br>«Злюка»<br>гнева»<br>«Коврик злости»<br>«Волшебный мешочек» |
| 6 | Мне хорошо! Мне спокойно | «Волшебный мешочек»<br>«Лото настроений»<br>«Назови похожее»<br>«Испорченный телефон»<br>«Хорошо — плохо» |
| 7 | Страх. Почему я боюсь? | «Пятно страха»<br>«Превращение страха»<br>«Ситуации»<br>«Закапываем страх»<br>«Волшебная палочка»<br>«Расскажи свой страх» |
| 8 | Я не хочу бояться! | «Конкурс „боюсек“«<br>«Плоды одного дерева»<br>«Страшные маски»<br>«Волшебная палочка»<br>«Мы смелые и дружные» |
| 9 | Эмоции и я. Учусь управлять собой! | «Тренируем эмоции»<br>«Лото настроений»<br>«Угадай эмоцию»<br>«Шурум-бурум»<br>«Проигрывание ситуаций»<br>«Рисуем гнев» |
| 10 | Как справиться с плохим настроением | «Лепим настроение»<br>«Животное в лесу»<br>«Мусорное ведро» |
| | **Раздел «Коррекция поведения»** | |
| 11 | Я и моя семья | «Подходит, не подходит»<br>«Подбери признаки»<br>«Опиши и нарисуй»<br>«Красивый сад» |
| 12 | Всегда ли добро побеждает зло? | «Разноцветные капельки»<br>«Ручей доброты»<br>«Импульс добра»<br>«Хорошие — плохие поступки»<br>«Что такое доброта» **(приложение 3)** |
| 13 | Что я люблю и могу делать | «Что я умею делать хорошего?»<br>«Я могу!»<br>«4 вопроса — 4 рисунка»<br>«Я хочу — я могу»<br>«Зарядка для ума»<br>«Варежки» |

| № | Разделы программы, темы занятий | Методы, приемы, игры, упражнения, тренинга |
|---|---|---|
| 14 | Обучение способам релаксации и саморегуляции | Тренинг по развития коммуникативных навыков **(приложение 2)**<br>Тренинги с элементами арт-терапии и сказкотерапии, например, «Изобрази своё, «Я», «добро и зло во мне», «Умей управлять собой» |
| 15 | Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях | «Телефонный разговор»<br>«Конфликтные карточки»<br>«Позитивное переосмысление»<br>«Угадай, что я думаю»<br>«Метафорический мост» |

**Консультативный модуль программы**

Консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья и их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий обучения, воспитания, коррекции, развития и социализации обучающихся.

В деятельности педагога-психолога реализуются следующие направления психологического консультирования:

- Консультирование педагогов по вопросам разработки и реализации индивидуальных программ для построения образовательного маршрута с учетом особенностей и потребностей конкретного обучающегося.
- Консультирование педагогов по поводу проблем обучения, поведения и межличностного взаимодействия конкретных учащихся.
- Консультирование педагогов по вопросу выбора индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимися.
- Консультирование родителей (законных представителей) по проблемам взаимоотношений с воспитанниками, их развития, в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребенком.
- Консультирование администрации, педагогов и родителей (законных представителей) по психологическим проблемам обучения, воспитания и развития детей.

**Сайт педагога-психолога Бурковой Оксаны Владимировны:** https://oksanaburkova.tilda.ws/

**Конспект занятия на тему: «Зарядка для ума»**

**Целью** занятия является развитие высших психических функций, а также развитие моторной, эмоциональной и познавательной сфер.

**Задачи:** познакомить учеников с альтернативными современными занятиями, укрепить коммуникативные навыки, способствовать развитию познавательной деятельности: внимания, логического мышления, воображения, устной речи; сформировать интерес к внеклассным мероприятиям.

**Методические приемы:** наглядно-демонстрационные, словесные, игровые, практические.

**Оборудование и материалы:** самодельные бумажные кубики с разными изображениями (буквы, геометрические фигуры), листы формата А4, карандаши, сенсорные мешочки с различными наполнителями, крышки разных цветов, чашки (по количеству участников), мобильный телефон или ноутбук (для воспроизведения песни).

На занятие приглашают учителя-дефектолога, учителя-логопеда или классного руководителя.

| п/п | Этап занятия | Содержание |
|---|---|---|
| **1. Подготовительная часть занятия** | | |
| 1 | Организационный момент, приветствие. | **Психолог:** Здравствуйте, дорогие ребята! Мы рады вас приветствовать на нашем мероприятии. Вы любите делать зарядку? А вы знаете, что наш мозг тоже нуждается в зарядке?<br>Посчитаем ребята? Звучит песня группы «2*2=4». (Всех приглашает встать и подвигаться в такт музыке.) |
| 2. | Организационный момент, напутствие | **Психолог:**<br>*Всем успехов мы желаем,*<br>*И занятие начинаем.*<br>*Будем мы сейчас стараться,*<br>*Думать, мыслить, упражняться.*<br>*Ведь зарядка для ума*<br>*Очень нам всегда нужна. (автор Буркова О.В.)* |
| **2. Основная часть занятия** | | |
| 1. | Упражнение с кубиком | **Психолог:**<br>Ребята, а сейчас мы предлагаем вам сделать упражнение с кубиком.<br>Задание: 1. Сейчас по очереди будете выбрасывать кубик и то, что выпадет сверху кубика вы будете записывать в строчку у себя на листке, по порядковому номеру. Начинаем с цифры 1.<br>Задание делается на скорость, показатели учитываются в блокнот. |
| 2. | Пауза | **Психолог:**<br>А сейчас ребята мы сделаем минутку отдыха для нашего мозга и поработают наши руки.<br>Ход упражнения: сенсорные мешочки для угадывания содержимого выкладываются на стол и ученикам предлагается угадать, что внутри? |
| 3. | Упражнение с крышками | **Психолог:**<br>Ребята, давайте сейчас проверим вашу внимательность?<br>Ход упражнения: ставится коробка с разноцветными крышками, выдаются пустые персональные чашки каждому участнику и засекается время (60 сек.) На время нужно собрать в чашку как можно больше крышек определенного цвета (каждому участнику свой цвет — образец кладётся в чашку).<br>В конце упражнения ведётся подсчёт крышек и делается запись в блокнот. |
| 4. | Упражнение с кубиком. (повтор) | **Психолог:**<br>Ребята, а сейчас вам снова необходимо сделать упражнение с кубиком. Делается повтор упражнения, которое было в начале занятия.<br>Задание: 1. Сейчас по очереди будете выбрасывать кубик и то, что выпадет сверху кубика отображать у себя на листке по порядковому номеру. Начинаем с цифры 1,2,3,4,5.<br>Задание делается на скорость, показатели учитываются повторно в блокнот. |
| 5. | Подведение итогов | *Ребята, мы сегодня с вами хорошо зарядили наш мозг! И теперь мы встретимся в конце недели, чтобы зарядка была результативной. До встречи!* |

**Тренинг развития коммуникативных навыков**

**Целью** занятия является получение новых знаний об окружающем мире, командообразование, развитие коммуникативных навыков, развития памяти, внимания, мелкой и крупной моторики.

**Задачи:** совместно с учителем-дефектологом рассказать историю создания варежки; познакомить учеников видами варежек, повторить счёт, используя варежки; поучаствовать в играх на развитие моторики и координации движения.

**Методические приемы:** наглядно-демонстрационные, словесные, игровые, практические.

**Оборудование и материалы:** варежки, перчатки, мелкие игрушки, короб для хранения.

| п/п | Этап занятия | Содержание |
|---|---|---|
| **2. Подготовительная часть тренинга** | | |
| 1 | Организационный момент, приветствие. | **Психолог:** Здравствуйте, дорогие ребята. Мы рады вас приветствовать на нашем мероприятии. Какие вы знаете главные праздники в декабре, ответьте, пожалуйста. (отвечают). А вы знаете, что существует Международные день варежек?<br>И сегодня мы с вами познакомимся с разными видами варежек. Подскажите, ребята, какие виды варежек вы знаете? Скажите, пожалуйста, из чего бывают варежки и перчатки? Знаете ли вы откуда пошла история про варежки?<br>Звучит песня про варежки. |
| **2. Основная часть занятия** | | |
| 1. | Упражнение: «Найди пару». | **Дефектолог:**<br>Ребята, давайте поиграем? Сейчас нужно будет найти пару для варежки или перчатки. На счёт «Три — начали!»<br>Ход игры:<br>Выкладываются все варежки, перчатки и мелкие игрушки на стол. Ученики по команде выбирают парные варежки и перчатки, а мягкие игрушки не выбирают. |
| 2. | Игра: «Кто самый меткий?» | **Психолог:**<br>Ребята, давайте сейчас потренируем нашу меткость?<br>Ход игры: короб ставится на расстоянии 2,5–3 метра от парты, на парту кладутся все варежки, перчатки и мягкие игрушки. Участники по очереди бросают в корзину предмет на свой вкус. Можно повторить в несколько заходов. |
| 4. | Подведение итогов. | **Психолог:**<br>*А теперь давайте снова вспомним, о каком празднике мы сегодня разговаривали? Какие есть виды варежек?*<br>*Молодцы! Теперь давайте закрепим нашу встречу фотографией!* |

**Методика «Домики» (модификация О.А. Ореховой)**

Тест разработан О.А. Ореховой и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе.

Для проведения методики необходимы следующие материалы:

1. Лист ответов

Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводить с группой учащихся 10–15 человек. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

Инструкция: «Сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание № 1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

Найдите задание № 2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим»

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

«Найдите задание № 3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них — необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте

Обозначения домиков:

№2 — твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 — твое настроение на уроке чтения,

№4 — твое настроение на уроке письма,

№5 — твое настроение на уроке математики

№6 — твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 — твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 — твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 — твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 — придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике.

Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает».

Методика дает психотерапевтический эффект, который достигается самим использованием цвета, возможностью отреагирования негативных и позитивных эмоций, кроме того эмоциональный ряд заканчивается в мажорном тоне (восхищение, собственный выбор).

2. Методика А.А. Романова

Предназначена для определения уровня выраженности и структуры агрессивного поведения у ребенка. Позволяет уточнить и определить уровень выраженности синдром-структуры агрессивного поведения у ребенка с помощью наблюдением за его поведением, опроса взрослых (близких, родителей, педагогов) и сверстников. Диагностика позволяет выявить новые признаки и виды, причины и факторы возникновения провокации, нарастания и снижения агрессивности.

Методика регистрации проявлений агрессии «Ребенок глазами взрослого».

Процедура исследования: в регистрационном бланке отмечаются ситуационное формы проявления ребенком агрессии, частота проявления выражается по шкале от 0 до 4 баллов. Выраженность ситуационно-личностных агрессивных реакций определяется по общему количеству баллов по 19 признакам.

3. Социометрия (Морено)

Данная методика применяется для диагностики межличностных отношений, включает в себя 4 парных вопроса на разные темы:

- С кем из одноклассников ты хотел бы сделать проект?
- С кем из одноклассников ты не хотел бы делать проект?

- Укажи трех человек, с которыми хотел бы отправиться в поход?
- С кем наименее всего хотел?»
- К кому в своей группе ты обратился бы за советом в трудной жизненной ситуации?
- С кем из группы ты не хотелось бы ни о чем советоваться?
- Кого из группы ты пригласили бы на день рождения?
- Кого из группы ты не хотел бы видеть на своем дне рождения?

Необходимо написать трех человек в ответе на каждый вопрос.

Таким образом, подросток пишет трех наиболее предпочитаемых ему людей и трех менее предпочитаемых.

Социометрия позволяет определить взаимоотношения в классе, разделения на группировки, выявить:

- «звезд» — лидеров класса, которым отдается большинство голосов;
- «предпочитаемых» — предпочитаемые лидеры, которые набрали количество голосов выше среднего;
- «принятых» — участники группы набравшие среднее количество голосов;
- «пренебрегаемых» — участники группы, которыми пренебрегают остальные участники и набравшие количество голосов меньше среднего;
- «отвергаемых» — участники, которые получили большое количество отрицательных выборов;
- «изолированных» — участники группы, не получившие ни одного голоса. Таким образом, мы определяем предполагаемых «жертв» и «обидчиков» в классе.

4. Методика на выявление «Буллинг- структур».

Данная методика включает в себя ряд вопросов и варианты ответов и позволяет выявить следующие буллинг — структуры, описанные по классификации О.Л. Глазман, которая состоит из:

- Инициаторов (обидчиков), характеризуются как индивиды, обладающие высоким потенциалом общей агрессивности. Они «нападают» не только на своих жертв, но и на педагогов и родных.
- Помощников инициатора характеризуются стремлением помогать и подражать «обидчику». Они пользуются прямым буллингом, именно они обзывают и бьют.
- Защитников «жертвы», как правило, защитники обладают наибольшим авторитетом среди одноклассников. Они реже всех проявляют буллинг по отношению к сверстникам и реже подвергаются буллингу.
- Жертв. Такие дети испытывают психологическое насилие, изолированность и одиночество, ощущение опасности и тревоги. «Жертвам» буллинга свойственно проявление симптомов депрессии, высокий уровень тревожности и иные сходные отрицательные эмоциональные проявления.
- Наблюдателей (свидетелей). В ситуациях буллинга в роли «свидетелей» находится большинство детей во всем своем многообразии и разнородности

5. Методика «Лесенка» Дембо — Рубинштейн

Метод психодиагностики, направленный на изучение самооценки испытуемого. Изначально этот тест разрабатывался с целью изучения представления о счастье. С.Я. Рубинштейн модифицировала и расширила методику, перенаправив её на изучение самооценки и сознания болезни и добавив варианты интерпретации.

Стимульный материал методики представляет собой четыре вертикальные линии, последовательно расчерченные на горизонтальном листе бумаги и обозначающие собой четыре шкалы: шкалу здоровья, шкалу ума, шкалу характера и шкалу счастья.

Методика проводится в форме свободной беседы. На листке бумаге чертится первая вертикальная линия. Экспериментатор объясняет испытуемому, что это шкала здоровья, в самом верху которой расположены самые здоровые люди, а в самом низу-самые больные, а затем просит отметить своё

местоположение на шкале. Рядом с первой линией проводится вторая, шкала ума, и дается аналогичная задача. Затем третья линия, шкала характера, и четвёртая, шкала счастья.

Затем начинается этап экспериментально спровоцированной беседы. Испытуемому предлагается объяснить, каких людей он считает самыми счастливыми, а каких- самыми несчастными. Также, в зависимости от того, где на шкале расположил себя испытуемый, задается вопрос, почему он выбрал для себя именно такое местоположение, и что мешает ему причислить себя к самым счастливым людям. Кроме того, подлежит обсуждению и само понятие счастья. Далее экспериментатор таким же образом обсуждает с испытуемым три предыдущие шкалы. Особенной аккуратности требует шкала ума, где испытуемого просят также описать, какими качествами своего ума он недоволен. Вопросы об отметке на шкале характера задаются таким образом, чтобы выяснить, какими чертами своего характера испытуемый недоволен, какие считает хорошими.

В процессе беседы допускается создание пометок на рабочем листе.

Анализ методики опирается в большей степени на последующее обсуждение, а не на расположение меток. По данным исследований С..Я. Рубинштейн, у большинство психически здоровых взрослых и подростков наблюдается тенденция расположения метки «чуть выше середины» вне зависимости от их самооценки. При различных психических заболеваниях обнаруживаются тенденции смещения отметки к крайним точкам шкалы.

Абсолютного значения такие проявления самооценки не имеют, кроме того, нет диагностически значимых типов оценок. Данная методика способствует анализу личности испытуемого в каждом отдельном случае. Экспериментатор должен самостоятельно интегрировать полученные в результате проведения методики данные в общий личностный портрет испытуемого: оценить направленность его притязаний, самооценки, локус контроля. Особенно полезные данные могут быть выявлены при сопоставлении результатов этой методики с результатами исследований особенностей мышления и эмоционально-волевой сферы.

Таким образом использование данных психодиагностических техник позволит нам выявить: особенности эмоциональной сферы учащихся, личностные предпочтения и деятельностные ориентации, определить уровень выраженности и структуры агрессивного поведения у учащихся, уточнить и определить выраженность синдром-структуры агрессивного поведения, позволит выявить новые признаки и виды, причины и факторы возникновения провокации, нарастания и снижения агрессивности, а так же определить взаимоотношения в классе, выявить, буллинг — структуры, что в дальнейшем поможет нам в разработке профилактической программы в отношении школьного буллинга.

При беседе использовать следующие техники:

Эхо-техника. Сущность эхо-техники в том, что собеседнику возвращается его высказывание, сформулированное своими словами. Это повторение произнесённого собеседником текста.

Стандартные вводные фразы:

- правильно ли я тебя поняла…
- по твоему мнению…

Рекомендуется:

- дать собеседнику представление о том, как вы его поняли;
- помочь собеседнику услышать его высказывание со стороны, возможно, заметить в нем неточности, более четко осознать и сформулировать свои мысли, в процессе медиации эхо-техника позволяет другой стороне услышать историю первой стороны нейтрально, без сильных эмоций;
- смягчить выражения, расставить нужные акценты;
- дать время на обдумывание, что особенно важно в ситуациях, когда не сразу можно найти, что ответить;
- создать атмосферу безопасности;
- сохранить нейтральность;

- настроить на благоприятное эмоциональное воздействие. Собеседнику обычно очень приятно, когда его слова перефразируют, так как это свидетельствует о том, что его слушают, стремятся понять, а, следовательно, относятся к нему с уважением, считаются с его мнением.
- снизить напряжение, а в сложных ситуациях облегчить течение конфликта.

Техника «Я-сообщения» — важные составляющие нашего общения. Используя эту технику, вы сможете снизить напряжение даже в случае, если произошло неприятное для вас событие.

«Я» — сообщение состоит из следующих частей:

1. Описывает поведение.
2. Описывает ваши чувства по отношению к поведению.
3. Сообщает, какова ваша реакция на поведение, предлагает возможное решение.

Ключевые слова:

1. Скажите то, что чувствуете… Я чувствую …….
2. Скажите, почему… Когда … (например, ты разбросал тетради соседа по парте Пети).
3. Скажите то, что вы хотите… Пожалуйста, (собери тетради и извинись перед Петей).

Алгоритм работы педагога-психолога с ситуацией травли.

Прежде чем приступить к работе с ситуацией травли, необходимо собрать информацию от классного руководителя, агрессора, жертвы; от возможных участников издевательств над жертвой, свидетелей.

В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- реальность самого факта;
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления травли;
- участники (инициаторы и исполнители);
- их мотивации к совершению действий;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы и преследователя;
- динамику всего происходящего;
- иные важные для диагностики обстоятельства.

Вне зависимости от того, от кого поступила информация (от детей, от родителей, классного руководителя), работу необходимо начинать с беседы с классным руководителем.

Примерные вопросы для беседы с классным руководителем

1. Расскажите подробнее, что произошло?
2. Как давно вы это заметили?
3. Что пробовали делать?
4. Как думаете, почему это не помогло?
5. Кому в ходе всех событий был причинен вред?
6. К каким последствиям это привело?
7. Кто и как из участников может эти последствия исправить?
8. Как избежать повторения в дальнейшем?

Вопросы для преследователя и жертвы (задаются в индивидуальных беседах)

1. Расскажи подробнее, что произошло, на твой взгляд?
2. На кого и как повлияли твои действия?

3. Что тебя больше задело в этой ситуации?
4. Что для тебя самое важное в этой ситуации?
5. Что для тебя самое худшее в этой ситуации?
6. О чем ты думал (думала) тогда, находясь в этой ситуации?
7. Что ты думаешь сейчас?
8. Как ты сейчас относишься к случившемуся?
9. Как ты думаешь, что он (она) чувствует в этой ситуации?
10. Пытался ли сам (сама) найти выход? Если да, то как?
11. Что ты можешь сделать, чтобы исправить ситуацию?
12. Что исправит ситуацию, на твой взгляд?
13. Почему тебе это нужно?
14. Что может быть дальше, если ничего не менять?
15. Какие последствия могут быть?
16. Что ты можешь сделать, чтобы такое не повторилось?
17. Готов ли ты сохранить отношения?
18. Какие у тебя планы на будущее?
19. Как может эта ситуация отразиться на твоём будущем?
20. Какое у тебя настроение?

Обратите внимание на то, что вопросы общие для обидчика и жертвы. Вопросы без обвинений и без оценок и направлены на осознание и преследователя и жертвы произошедших событий и их последствий.

Алгоритм работы с классным коллективом. Обязательные этапы:

1. Получение информации от классного руководителя, о его отношении к ситуации.
2. Индивидуальная работа с преследователями. Важно начинать работу именно с агрессоров, а не с жертвы. Без обвинений, с использованием восстановительных вопросов. В результате важно понимание, что агрессоры готовы изменить отношение к жертве и готовы участвовать в общей встрече.
3. Индивидуальная работа с жертвой. В результате важна готовность жертвы к общей встрече.
4. Работа с сообществом класса.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2346**

# Коррекционно-развивающая программа «Гармония развития» для обучающихся с задержкой психического развития (1–4 классы)

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Заводян Любовь Викторовна,*** *педагог-психолог МБОУ «Усть-Ярульская СОШ», Красноярский край*

В последнее время наиболее распространенной формой психической патологии детского возраста становится задержка психического развития (далее ЗПР). Чаще всего она выявляется с началом обучения ребенка в школе, особенно в возрасте 7–10 лет.

Коррекционно-развивающая программа «Гармония развития» предназначена для детей младшего школьного возраста с ЗПР и направлена на разрешение круга проблем, связанных со школьной не успешностью. Коррекционные занятия носят комплексный характер в связи с комплексом проблем. Каждое занятие объединяет в себе задания и упражнения на развитие всех психических функций.

Коррекционно-развивающая программа актуальна для нашего образовательного учреждения и населённого пункта т.к. происходит рост числа детей, имеющих отклонения в психическом развитии и вследствие этого испытывающих трудности в обучении. Становится приоритетным психологическое сопровождение учебного процесса, т.к. социально-экономический статус данной категории детей низкий, 50% детей подвозимые из других населенных пунктов, где отсутствуют дошкольные учреждения, как следствие в школу приходят неподготовленными, трудно адаптируются к новым условиям, а именно к обучению в общеобразовательном учреждении, наблюдается антисоциальные поведение.

Программа **«Гармония развития»** обеспечивает коррекцию нарушений развития и предназначена для обучающегося задержкой психического развития (вариант 7.1.)

***Цель программы****:* познавательно-личностное развитие обучающихся.

На нем формируются умения осуществлять различные умственные действия, развиваются самостоятельность детей, способность к рассуждению, самоконтроль, стремление отстаивать свое мнение, доказывать свою точку зрения и многое другое, т.е. формируются такие психологические качества и умения, которые помогают школьникам усваивать учебный программный материал на предметных уроках.

***Задачи*:**

1. Коррекция нарушений сенсорно-перцептивного развития;
2. Формирование психологических предпосылок овладения учебной деятельностью (умение копировать образец, заданный как в наглядной, так и в словесной формах; умение слушать и слышать учителя; умение учитывать в своей работе требования учителя).
3. Коррекция коммуникативного и личностного развития;
4. Развитие чувства ответственности, формирование опыта нравственного поведения;
5. Формирование психологических новообразований младшего школьного возраста, произвольности.

Программа составлена с учетом примерной адаптированной основной

общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, Программа формирования пространственных представлений (ФП/П) как основы когнитивного компонента познавательной деятельности (Семаго Н.Я.);

Комплексная методика психомоторной коррекции (Е.А. Воробьева, А.В. Семенович, Б.А. Архипов, Л.С. Назарова, В.М. Шегай).

Методические рекомендации по построению коррекционного процесса Петровой Е.Э., Дегтяревой Л.И.

Л.В. Черемошкина Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления.

Языканова Е.В. УМК «Учись учиться» 1–4 кл. психологической программы развития когнитивной сферы учащихся I — IV классов Н.П. Локаловой «120 уроков психологического развития младших школьников». Данная программа входит в число рекомендуемых в рамках введения Федеральных Государственных Стандартов.

Участники программы являются обучающиеся с задержкой психического развития 1–4 классы, педагог-психолог, родители обучающихся, учителя начальных классов.

**Общая характеристика обучающихся с задержкой психического развития, (вариант 7.1)**

Обучающиеся с ЗПР — это дети, имеющие нарушение в психологическом развитии, препятствующие получению образования без создания специальных условий. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, социальная дезадаптация.

Неравномерность формирования психических функций, причем возможно, как повреждение, так и недоразвитие отдельных психических процессов в той или иной степени вызывают выраженные затруднения в усвоении общеобразовательных программ. Дети с ЗПР характеризуются повышенной истощаемостью, низкой работоспособностью, незрелостью эмоций, воли, поведения, ограниченным запасом общих сведений и представлений, несформированностью навыков интеллектуальной деятельности, замедлено восприятие (они многое не замечают в окружающем мире).

**Этапы реализации психологического сопровождения в течение всего периода обучения являются:**

**1. Диагностическая работа** обеспечивает выявление особенностей развития и здоровья обучающихся с ЗПР с целью создания благоприятных условий для овладения ими содержанием адаптированной основной образовательной программы начального общего образования.

Проведение диагностической работы предполагает осуществление:

1) психолого-педагогического обследования с целью выявления особых образовательных потребностей школьников:

- развития познавательной сферы, специфических трудностей в овладении содержанием образования и потенциальных возможностей;
- развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей, обучающихся;
- определение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания, обучающегося;

2) мониторинга динамики развития обучающихся, их успешности в освоении образовательной программы;

3) анализа результатов обследования с целью проектирования и корректировки коррекционных мероприятий.

Существует большое количество методик и диагностического инструментария для выявления индивидуальных особенностей школьников.

| № п/п | Диагностируемые Параметры | Рекомендуемые методики диагностические методы |
|---|---|---|
| 1 | ***Социальная ситуация развития*** *(*проблемы, связанные с адаптацией ребенка к классному коллективу, взаимоотношениями с учителем, в семье) | Социометрия<br>Проективная беседа «Мой круг общения»<br>Методика исследования межличностных отношений Р. Жиля.<br>CMAS (модиф. А.М. Прихожан)<br>Методика Э.М. Александровской «Изучение социально-психологической адаптации»<br>Методика «Рисунок семьи»<br>«Кинестетический рисунок семьи»<br>Методика Д. Ореховой «Домики». |

| | | |
|---|---|---|
| 2 | ***Ведущая деятельность (с***формированность компонентов структуры учебной деятельности, предпосылки формирования учебной деятельности, произвольность поведения и познавательных процессов) | Схемы наблюдения уровня сформированности учебной деятельности<br>Проективная проба «Рисунок школы»<br>Методика «Лесенка побуждений»<br>Методика «Составь расписание»<br>Методика «Конверты»<br>Методика Н.Г. Лускановой по мотивации |
| 3 | ***Особенности познавательной деятельности*** | Прогрессивные матрицы Дж.Равена<br>Методика Выготского-Сахарова<br>Предметная классификация<br>Исключение предметов (4ый лишний)<br>Кубики Коса<br>Исследование словесно-логического мышления (Э.Ф. Замбацявичене)<br>Исследование прогностической деятельности (Л.И. Переслени)<br>Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей (МЭДИС). |
| 4 | ***Изучение свойств внимания*** (уровень распределения, устойчивости, переключения внимания) | Методика “Проставь значки”<br>Корректурная проба (тест Бурдона)<br>Методика В.М. Когана<br>Таблицы Шульте |
| 5 | ***Изучение свойств памяти*** (уровень долговременной памяти, произвольной (осмысленной) памяти, логической памяти (воспроизведение логических связей). | Методика “Долговременная память”<br>Методика “Опосредованное запоминание” (Использована методика, разр. Лурия А.Р. Выготским Л.С., Леонтьевым А.Н.)<br>Методика “Изучение логической памяти у младших школьников”<br>Пиктограммы |
| 6 | ***Эмоционально-волевая сфера*** | Цветовой тест Люшера<br>ЦТО Цветовой тест отношений<br>С.А.Т.-Н<br>Методика «СОМОР»<br>«Лесенка»<br>«Несуществующее животное»<br>«Дом. Дерево. Человек»<br>«Эмоциональные лица» и пр. |

**2. Коррекционно-развивающая работа** обеспечивает организацию мероприятий, способствующих личностному развитию учащихся, коррекции недостатков в психофизическом развитии и освоению ими содержания образования.

В соответствии с особенностями развития ребенка и решением консилиума образовательного учреждения педагог-психолог определяет направления и средства коррекционно-развивающей работы, периодичность и продолжительность цикла специальных занятий. Наиболее важной задачей является при этом разработка индивидуально-ориентированных программ психологической помощи или использование уже имеющихся разработок в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями ребенка или группы детей в целом.

Основными направлениями коррекционно-развивающей работы психолога с детьми с ЗПР, находящимися в условиях образовательной интеграции, являются:

- развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков;
- развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций;
- формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.

Рассмотри подробнее каждое из этих направлений.

***Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.***

Для значительной части детей с ЗПР типичен дефицит социальных способностей, проявляющейся в трудностях взаимодействия с окружающими детьми и взрослыми. В ряде случаев указанный дефицит сопряжен с проблемами эмоциональной регуляции. В связи с этим развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков предполагают:

- гармонизацию аффективной сферы ребенка;
- профилактику и устранение (смягчение) возможных агрессивных и негативистических проявлений, других отклонений в поведении;
- предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера;
- развитие и тренировку механизмов, обеспечивающих адаптацию ребенка к новым социальным условиям (в том числе снятие тревожности, робости и т.п.);
- создание условий для развития самосознания и формирования адекватной самооценки;
- развитие социальных эмоций;
- развитие коммуникативных способностей (в том числе стимуляция коммуникативной активности, создание условий, обеспечивающих формирование полноценных эмоциональных и деловых контактов со сверстниками и взрослыми).

***Развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.***

Развитие познавательных функций является традиционным направлением работы психолога в школе. Оно предполагает

- стимуляцию познавательной активности как средства формирования устойчивой познавательной мотивации;
- развитие внимания (устойчивости, концентрации, повышения объема, переключения, самоконтроля и т.д.);
- развитие памяти (расширение объема, устойчивости, формирование приемов запоминания, развитие смысловой памяти);
- развитие восприятия (пространственного, слухового), пространственных и временных представлений, сенсомоторной координации;
- формирование мыслительной деятельности: стимуляцию мыслительной активности, формирование мыслительных операций (анализа, сравнения, обобщения, выделения существенных признаков и закономерностей), развитие элементарного умозаключающего мышления и гибкости мыслительных процессов.

Занятия проводятся психологом по плану, составленному в соответствии с программой индивидуального развития ребенка. Важным условием планирования является реализация принципов комплексного влияния на ряд высших психических функций с выделением, вместе с тем, доминирующих объектов воздействия, изменяющихся по мере формирования у детей с ЗПР познавательной деятельности и ее саморегуляции.

***Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.***

На пороге школьного обучения становление сферы саморегуляции имеет особое значение. Развитие возможности управлять своим поведением — один из существенных моментов, определяющих психологическую готовность ребенка к обучению в школе. Характерная для детей с ЗПР дошкольного и младшего школьного возраста недостаточная сформированность осознанной саморегуляции деятельности является тормозящим фактором когнитивного и личностного развития ребенка, а также одной из основных причин, порождающих трудности в учебно-познавательной деятельности.

Работа психолога по формированию осознанной саморегуляции познавательной деятельности у детей с ЗПР ведется в нескольких направлениях, связанных с формированием определенного комплекса умений:

- ставить и удерживать цель деятельности;
- планировать действия; определять и сохранять способ действий;
- использовать самоконтроль на всех этапах деятельности;
- осуществлять словесный отчет о процессе и результатах деятельности;
- оценивать процесс и результат деятельности.

Для детей, характеризующихся различным уровнем сформированности осознанной саморегуляции познавательной деятельности, определена конкретная область психолого-педагогического воздействия, а также разработаны направления и содержание групповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятий в рамках психологического сопровождения.

**3**. **Консультативная работа** обеспечивает оказание педагогам и родителям помощи в воспитании и обучении ребенка с ЗПР. Психолог разрабатывает рекомендации в соответствии с возрастными и индивидуально-типическими особенностями детей, состоянием их соматического и психического здоровья, проводит мероприятия, способствующие повышению профессиональной компетенции учителей, включению родителей в решение коррекционно-воспитательных задач.

Основными задачами психологического консультирования педагогов являются:

- раскрытие «слабых» и «сильных» сторон когнитивного и личностного развития ребенка,
- определение способов компенсации трудностей,
- выработка наиболее адекватных путей взаимодействия учителя с ребенком при фронтальной и индивидуальной формах организации занятий.

Конкретные формы психологического просвещения педагогов могут быть разнообразными:

- занятия и семинары с учителями по ключевым проблемам развития ребенка с ЗПР и его особым образовательным потребностям,
- организация педагогических консилиумов,
- подготовка к тематическим родительским собраниям,
- индивидуальные консультации и т.д.

Форма и содержание работы с родителями определяется степенью их готовности к сотрудничеству. На начальном этапе взаимодействия наиболее продуктивной формой работы является индивидуальное консультирование. Оно проводится в несколько этапов.

Работа с родителями осуществляется также в групповой форме на тематических консультациях, семинарах-практикумах и т.д.

4. **Информационно-просветительская работа** предполагает осуществление разъяснительной деятельности в отношении педагогов и родителей по вопросам, связанным с особенностями осуществления процесса обучения и воспитания обучающихся с ЗПР, взаимодействия с педагогами и сверстниками, их родителями (законными представителями) и др.

**Современные психолого — педагогические технологии, используемые в Программе**

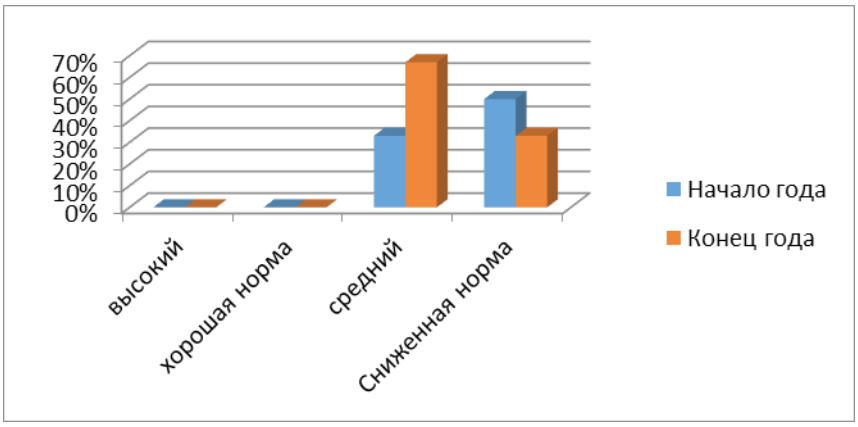
Считаю, что наиболее эффективным коррекционно — развивающим средством в работе с обучающимися, в том числе с ОВЗ является игровая технология. Игра — пространство «внутренней социализации» ребенка, средство усвоения социальных установок (Л.С. Выготский). Значимость игровой деятельности для развития детей освещена в работах В.А. Сухомлинского, Д.Б. Эльконина, П.П. Блонского, С.Л. Рубинштейн, К. Гросса, В.Л. Штерна и др. Игра есть практика развития. Ребенок играет, потому что развивается, и развивается, потому что играет.

**Сведения о практической апробации коррекционно-развивающей программы**

Коррекционно-развивающая программа была апробирована и реализуется на базе образовательного учреждения МБОУ Усть-Ярульская СОШ, Ирбейского района, Красноярского края. В программе были задействованы обучающиеся 1–4 классов с задержкой психического развития (ЗПР). Оценку достижения планируемых результатов произвожу через входную и итоговую диагностику,

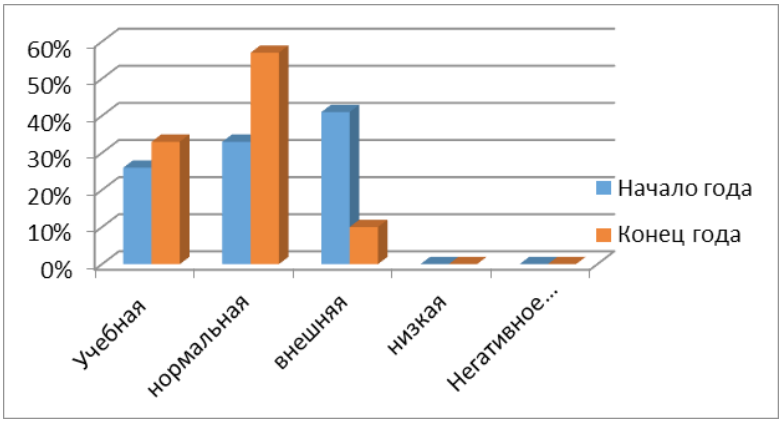
использую методики (Приложение2), а также Детский вариант методики Векслера. Программа реализовалась в течение 1учебного года 2024–2025г.

Диаграмма 1




Из диаграммы видно, что средний уровень показателей интеллектуального развития вырос больше, чем на 30%, а сниженная норма уменьшилась на 15%. Показатели диагностики говорят о положительных результатах развития когнитивной сферы.

Диаграмма 2




Из таблицы видно, что уровень мотивации незначительно, но все же повысился у обучающихся с ЗПР. Учебная мотивация повысилась на 9%.

Качественный анализ свидетельствует о том, что работа по предложенной программе позволило существенно развить когнитивную и эмоционально-волевую сферы. Беседы с педагогами, показали. Что проводимые коррекционно-развивающие занятия по программе привели к положительным результатам. Обучающиеся стали более активными на уроке, внимательными. У них повысилась саморегуляция и работоспособность.

***Таким образом:*** по результатам входной и итоговой диагностики можно доказать эффективность работы педагога-психолога по программе. Приемы и упражнения соответствовали возрастным особенностям обучающихся 1–4 классов. Занятия проводились в игровой форме, обучающиеся приобрели навыки общения, повысилась самооценка и уверенность в своей деятельности.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2344**

# Психолого-педагогическая программа Игровой тренинг по предупреждению внутриклассной травли «Наш класс — самый дружный»

**Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Матвеева Елена Геннадьевна**, социальный педагог ГКОУ МО «Хотьковская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»*

***Буракова Анастасия Викторовна,** педагог-психолог ГКОУ МО «Хотьковская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»*

***Борисова Елена Владимировна,** советник директора по воспитанию ГКОУ МО «Хотьковская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»*

***Чупакова Анна Васильевна,** учитель-логопед ГКОУ МО «Хотьковская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»*

Создание психолого-педагогической программы игрового тренинга «Наш класс — самый дружный» для предупреждения внутриклассной травли обусловлено спецификой эмоционально-волевой сферы, личностных особенностей и коммуникативного развития учащихся с тяжелыми речевыми нарушениями, обучающихся в школе-интернате. При отсутствии специально организованных условий психолого-педагогической коррекции детей с тяжелыми нарушениями речи наблюдаются вторичные отклонения в развитии познавательной, эмоциональной и личностной сфер, что может привести к эмоциональной депривации внутри класса. Поэтому важно, чтобы коррекционная психолого-педагогическая помощь обучающимся оказывалась на самых ранних этапах в случае возникновения ситуации травли. Это существенно улучшает прогноз формирования личности обучающегося и способствует его успешной социализации. Процессы развития личности и коллектива тесно взаимосвязаны: становление личности обусловлено развитием коллектива, формированием деловых и межличностных отношений в нем. В то же время активность обучающихся, их физическое и ментальное развитие, а также способности и потенциал обусловливают воспитательный потенциал и влияние коллектива. Программа ориентирована на обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, входящих в нозологическую группу детей с тяжелыми нарушениями речи (вариант 5.2), находящихся на уровнях начального общего и основного общего образования.

**Цель программы** — создание благоприятных условий для полноценного общения детей, моделирование ситуаций, способствующих развитию навыков самоуправления, снижению страха перед самостоятельными высказываниями, а также укреплению сплоченности коллектива.

**Задачи программы:**

- Проведение профилактических мероприятий, направленных на снижение тревожности, агрессивности и импульсивности;
- Реализация комплексных действий для поддержки обучающихся с ОВЗ и ТНР, включая навыки анализа поступков и событий, формирование осознанного отношения к окружающему миру, решение коллективных задач, развитие умений работать в команде и использовать потенциал каждого;
- Создание условий для снижения психоэмоционального напряжения у обучающихся с ТНР;
- Развитие навыков психологической саморегуляции у обучающихся с ТНР, включая умения расслабляться и снимать напряжение.

- Развитие таких навыков, как умение выражать свои ощущения в речи, совершенствование двигательных функций, а также создание положительного эмоционального фона и повышение мотивации для участия в других коррекционно-развивающих программах являются ключевыми аспектами работы с детьми.

Программа разработана с учетом структурированного подхода и включает в себя 7 занятий. Среди них предусмотрены 5 основных игровых тренинг-дней и 2 диагностических занятия (перед началом курса и после его завершения). Занятия проводятся один раз в неделю при полном составе учащихся класса. Группа состоит из не более чем 12 обучающихся с ТНР, что помогает создать оптимальные условия для работы. Все мероприятия построены в игровой форме и продолжительностью не превышают 40 минут. Игровые занятия рассчитаны на весь учебный год, а при необходимости их цикл может быть повторно пройден в течение этого же периода. Тематика игр подбирается так, чтобы способствовать сплочению коллектива и максимально соответствовать основной цели программы. Содержание игр основывается на «проживании» различных жизненных ситуаций, где дети вырабатывают умения в лидерстве, поддержке, творчестве, уважении заслуг других, убеждении и навыках защищать свою точку зрения. Такие занятия позволяют детям осознать свои качества как партнеров в общении, раскрыть новые личностные грани, которые либо способствуют налаживанию контакта, либо осложняют его. Структуру каждого занятия составляют следующие этапы:

1. Ритуал начала тренинга.
2. Игровые упражнения, нацеленные на развитие психических процессов, укрепление детского коллектива и повышение его сплоченности.
3. Завершающий ритуал, сопровождаемый рефлексией.

Для реализации программы используются разнообразные методики и технологии:

- Беседа проводится для изучения личности ребенка и его биографии социальным педагогом или классным руководителем.
- Психологическое тестирование помогает определить уровень тревожности и выявить психоэмоциональное состояние учащихся. Этот этап работы находится в компетенции педагога-психолога.
- Нейропсихологическая диагностика письма и чтения младших школьников позволяет определить уровень сформированности письменной речи у детей с ТНР, а также их индивидуальные особенности в учебной деятельности. Данная диагностика проводится учителем-логопедом.

Игровые упражнения направлены на снижение эмоционального напряжения, укрепление доверия среди участников, развитие сенсорных ощущений и помощь в урегулировании конфликтов. Программа активно использует игровые технологии. Применение этой формы обучения требует от специалистов доброжелательности, способности оказывать эмоциональную поддержку, создавать атмосферу радости и поощрять коммуникативное развитие детей. Специальные игровые приемы помогают стимулировать деятельность обучающихся, способствуя их общему развитию и созданию благоприятной атмосферы сотрудничества. Игровая активность улучшает восприятие, концентрацию внимания, память, мышление и творческий потенциал детей. Через игру дети учатся управлять собственным поведением, совершенствуют навыки общения и становятся менее застенчивыми. Личностно-ориентированные технологии предполагают соблюдение ряда принципов и подходов в ходе проведения занятий. Основные аспекты работы с детьми предусматривают мягкий и доброжелательный подход, создание доверительной атмосферы и проявление чувствительности к их настроениям, стремлениям, достижениям и трудностям. Важно поддерживать стремление к самостоятельности в выполнении заданий, учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка. Рекомендуется внимательно выслушивать детей, проявляя уважение к их мнениям, а также отвечать на вопросы и просьбы вежливо и с доброжелательностью, обсуждая возникающие трудности. Стремление успокоить и поддержать детей, которые испытывают стресс или расстройство, играет важную роль. Здоровьесберегающие технологии направлены на поддержание, укрепление и развитие здоровья учащихся с ТНР. Создание атмосферы доброжелательности, акцент на успех каждого ребенка, смена видов деятельности и чередование игр с периодами концентрации и расслабления являются ключевыми

элементами таких технологий. Программа включает дидактический раздел под названием «Наш класс — самый дружный», где тематические блоки структурированы для достижения цели. Основными методами работы являются коммуникативные игры, задания на развитие восприятия, памяти, внимания и воображения, ролевые игры, а также использование методов поощрения и похвалы. Организация занятий преимущественно осуществляется в формате групповой работы. Критерии ограничения участия в программе включают: острые психотические состояния, соматические и психоневрологические заболевания (следует учитывать рекомендации профильного специалиста), а также инфекционные заболевания. На начальном этапе занятий участники знакомятся с правилами работы в группе, основывающимися на принципах «здесь и сейчас», взаимного уважения и конфиденциальности высказываний.

Этапы реализации программы:

Первый этап реализации программы — мониторинг ситуации в классе, психологического комфорта нахождения в школе, психологическая и нейропсихологическая диагностики, анализ результатов мониторинга и диагностик, беседы, консультации с классными руководителями, воспитателями, при необходимости с родителями. для формирования банка данных, состава групп и отбора игр по результатам анализа — до 2 недель

Второй этап — игровой тренинг, контроль качественных изменений психоэмоционального состояния обучающихся и сплоченности детского коллектива — до 5 недель.

Третий этап — вторичная психологическая диагностика для выявления качественных изменений психоэмоционального состояния обучающихся, контроля уровня тревожности, уровня сформированности классного коллектива — 1 неделя.

**Диагностический инструментарий:**

Для выполнения программы и идентификации группы риска на диагностическом этапе предлагается организовать анкетирование или опрос. Это позволит определить уровень сплоченности коллектива и выявить проблемные зоны. Изучение индивидуальных особенностей участников для последующего планирования работы в группе рекомендуется проводить с использованием следующих методик:

- Методика «Дерево с человечками» Д. Лампен в адаптации Л.П. Пономаренко.
- Методика «Дом» Р. Гриценко
- Методика социометрии (социальное измерение) Дж.Морено
- Методика нейропсихологической диагностики, обследования письма и чтения младших школьников под ред. Т.В. Ахутиной, О.Б. Иншаковой.

**Тематическое планирование**

| № | Тема | Количество часов |
|---|---|---|
| 1 | 1 тренинг-день | 1 |
| 2 | 2 тренинг-день | 1 |
| 3 | 3 тренинг-день | 1 |
| 4 | 4 тренинг-день | 1 |
| 5 | 5 тренинг-день | 1 |

**Пример диагностической методики**

**Методика «Дерево с человечками»** направлена на выявление социально-психологического уровня адаптации личности в социальной группе.

**Примеры занятий**

**Тема: 1 тренинг-день.**

Цель: развитие навыков конструктивного взаимодействия в группе у учащихся с ТНР.

Задачи:

- создавать условия для укрепления детского коллектива;
- развивать умение правильно действовать в конфликтных ситуациях;

- формировать у детей доброжелательное и уважительное отношение к окружающим;
- улучшать коммуникативные способности;
- учить детей понимать и принимать друг друга;
- снижать уровень психологического напряжения.

Содержание: Игровой тренинг разработан для мягкого воздействия на поведенческие аспекты ребенка. В ходе тренинга предлагается модель поведения, которая способствует развитию навыков конструктивного взаимодействия у детей. Основные задачи, решаемые через игру: осознание учащимися своей уникальности и параллельное формирование социальных умений. Ожидаемые результаты: создание позитивной атмосферы в коллективе, повышение сплоченности группы, возможность раскрытия индивидуальных интересов и способностей каждого ребенка в классе. Продолжительность: 40 минут. Участники:

- возраст — школьники;
- группа — до 12 человек;
- ведущие — педагог-психолог, социальный педагог, учитель-логопед, советник директора по воспитанию.

Этапы 1 тренинг-дня

Ход занятия:

1. Подготовительный этап — 2 минуты. Необходимо подготовить пространство и материалы для игр. Понадобятся: гимнастическая скамейка, деревянные дощечки (тролли) и большой надувной мяч.

2. Мотивационный этап — 3 минуты. На этом этапе ставится задача заинтересовать детей и настроить их на работу через игровую деятельность. 3. Разминка — 5 минут Игра «Счет»: дети становятся в круг, опускают головы и начинают считать по порядку вслух. Важно, чтобы никто не смотрел друг на друга. Эта игра помогает выявить негласного лидера группы и увидеть, как распределяются роли внутри детского коллектива. 4. Основной этап — 20 минут

Игра «Биг-хит».

Игра «Все на борт».

Игра «Тролли».

Игра «Комплименты».

**Тема: 2 тренинг-день.**

Цель: развитие у обучающихся с ТНР навыков конструктивного группового взаимодействия.

Игра «Паутина».

Игра «Колдун».

Игра «Делимся по признаку».

Игра «Встреча взглядами».

Игра «Кочки».

Игра «Комплименты».

**Тема: 3 тренинг-день.**

Цель: развитие у обучающихся с ТНР навыков конструктивного взаимодействия в группе.

Игра «Путанка».

Игра «Гусеница».

Игра «Уменьшить время».

Игра «Встаньте в круг».

Игра «Лабиринт».

Игра «Комплименты»

**Тема: 4 тренинг-день**

Целью данной работы является развитие навыков конструктивного взаимодействия в группе у учащихся с трудностями речевого развития (ТНР).

Игра «Прогулка кота Базилио».

Игра «Траст-фол».

Игра «Скульптурный портрет

Игра «Построимся».

Игра «Переверни коврик».

Игра «Комплименты».

**Тема: 5 тренинг-день**

Цель: развитие у детей навыков взаимодействия с обществом, коллективом и самим собой, укрепление сплоченности группы и формирование у обучающихся с ТНР умения конструктивного группового взаимодействия.

***Игра «Молекулы»***

***Игра «Два берега».***

***Игра «Картошка».***

***Игра «Фигуры».***

***Игра «Круги дружбы».***

**Ожидаемый результат реализации программы:**

Эффективность данной программы отслеживалась по данным диагностики в начале курса занятий и обследования обучающихся после прохождения цикла занятий.

В исследовании приняло участие 12 обучающихся с ТНР, обучающихся в условиях школы-интерната по программе АООП НОО для обучающихся вариант 5.2, пол — 80% мужской, 20% женский, возраст — 8–9 лет.

Результаты первичного и заключительного исследования по шкале «тревожность» зафиксированы в таблицах.

Динамика развития уровня тревожности у обучающихся в 2024–2025 уч. г. (ноябрь, март)

| Кол-во обучающихся | Уровни | | | | Динамика | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Средний | | Высокий | | Средний | Высокий |
| | ПД | ЗД | ПД | ЗД | ПД | ЗД |
| 12 | 83 % (10 чел.) | 91 % 11 (чел) | 17 % (2 чел.) | 9 % (1 чел.) | 9 % (1 чел.) | 9 % (1 чел.) |

ПД — первичная диагностика; ЗД — заключительная диагностика

Анализ результатов диагностики показывает, что у обучающихся, прошедших курс занятий по данной программе, отмечается положительная динамика в личностном и социальном развитии. Этот цикл занятий помогает детям с ТНР адаптироваться к новым условиям жизни в школе-интернате, формирует у них чувство принадлежности к коллективу, способствует созданию положительного эмоционального настроя. Участники программы осваивают важные коммуникативные навыки, игровую деятельность, умение распознавать и понимать эмоциональные состояния других людей, а также лучше узнают окружающий мир. Каждый урок включает сочетание коррекционно-развивающих игровых упражнений с познавательным материалом. Занятия проводятся в игровой форме, что облегчает процесс коррекции и способствует развитию детей с ТНР.

Методы оценки успешности освоения учениками содержания учебной программы включают:

- наблюдение;
- проведение бесед;
- анализ результатов анкет, тестов и опросов.

Критерии и показатели эффективности:

1.Общее психофизиологическое развитие:

Развитие физиологических, возрастных, психоэмоциональных, интеллектуальных и речевых функций.

- Стимуляция мыслительной активности.
- Улучшение эмоционального состояния.
- Повышение мотивации к обучению.
- Развитие мелкой моторики.

2. Эмоциональное развитие:

- Обогащение спектра эмоционального опыта.
- Преодоление страхов и снижение тревожности.
- Снижение уровня агрессивности.
- Формирование устойчивого эмоционального состояния, помогающего справляться с негативными чувствами и переживаниями.
- Развитие коммуникативных навыков у детей.

3. Речевое развитие:

- Активизация и расширение словарного запаса.
- Укрепление навыков ведения диалога.
- Развитие моторного праксиса.
- Развитие способности словесного прогнозирования.
- Формирование связной монологической речи.
- Обучение умению ясно излагать основную мысль в рассказах.
- Повышение выразительности речи.

4. Социальное развитие:

- Становление личной ориентации ребенка.
- Развитие умения осознавать и эмоционально воспринимать успехи и неудачи, результаты своей деятельности.
- Фокусирование внимания ребенка на взрослом как носителе социального опыта.
- Развитие организационных способностей.
- Тренировка навыков применения изученных умений в новых ситуациях.
- Развитие навыка подчинять свои действия моральным и этическим нормам.
- Стимулирование творческого потенциала.
- Формирование самосознания, самоконтроля и адекватного восприятия себя и окружения.
- Развитие навыков коллективного поведения.

Критерии уровня сплоченности коллектива:

- Отсутствие разделения на группы, единое сообщество.
- Преобладание дружеских отношений между учениками.
- Исключение случаев социальной изоляции учащихся.
- Включение детей в различные виды социальной активности с учетом их возраста, индивидуальных особенностей и гендерных различий.
- Сохранение и приумножение положительных традиций коллектива.
- Налаженная работа органов самоуправления.
- Слаженность и результативность коллективной деятельности.
- Уважение и чувство собственного достоинства каждого участника коллектива, гордость за общую принадлежность к нему.

Система внутреннего контроля за выполнением программы основывается на диагностике профилактической работы, проводимой в рамках игрового тренинга, направленного на предотвращение внутриклассной травли под названием «Наш класс — самый дружный». Основная цель заключается в стимулировании педагогов к профессиональному развитию, повышению эффективности их деятельности и поиску новых подходов.

Формы внутреннего контроля включают:

- беседы с педагогом-психологом и обучающимися,
- посещение и взаимопосещения занятий.

Мониторинговые процедуры подразумевают сбор, учет, обработку и анализ данных об осуществлении программы. Критерии для оценки прогресса по запланированным результатам подразделяются на качественные и количественные:

1. Качественные критерии:

- способность осознанно выбирать наиболее эффективные методы взаимодействия и игровые подходы для работы с обучающимися,
- углубление знаний участников о способах избавления от эмоционального напряжения, улучшение общей психологической атмосферы в классном коллективе.

2. Количественные критерии:

- выполнение всех запланированных занятий,
- стопроцентное участие всех включённых в программу обучающихся.

Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения.

Психолого-педагогическая программа игрового тренинга по предупреждению внутриклассной травли «Наш класс — самый дружный» была апробирована на базе государственного казенного общеобразовательного учреждения Московской области «Хотьковская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Срок апробации: 1 год, начало занятий — ноябрь 2024 года, окончание занятий — март 2025 года. Количество участников: 16 человек. Ведущие (педагог-психолог, социальный педагог, учитель-логопед, советник директора по воспитанию) — 4 человека.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2349**

# Коррекционно-развивающая программа «Солнышко» (модификация программы психолого-педагогических занятий «Цветик-семицветик» под ред. Н.Ю. Куражевой)

**Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Печатнова Надежда Борисовна,*** *педагог-психолог МБДОУ «Детский сад №48», г. Барнаул*
***Диденко Наталья Ивановна,*** *заведующий МБДОУ «Детский сад №48», г. Барнаул*

На современном этапе развития российского общества наблюдается рост количества детей с нарушениями речи. Психолого-педагогической наукой выявлено, что дети с нарушениями речи характеризуются незрелостью эмоционально-волевой сферы. Согласно исследованиям (Т.Е. Дубрыниной, Р.Е. Левиной, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной, Г.Х. Юсуповой и др.) у детей с нарушениями речи наблюдается: импульсивность, тревожность, не уверенность в себе, заниженная самооценка, несамостоятельность, трудность в передаче мимических средств основных эмоций, не устойчивость эмоций и др. В связи с этим реализовывать программу психолого-педагогических занятий «Цветик-семицветик» (под ред. Н.Ю. Куражевой), предназначенную для общеобразовательных групп детского сада в практике работы с детьми с нарушениями речи, достаточно сложно.

Учитывая специфику детей с нарушениями речи, а именно неустойчивость внимания и сниженную произвольность, содержание программы «Цветик-семицветик» дополнено коррекционным этапом, включающим в себя нейроупражнения: дыхательные, глазодвигательные и кинезиологические; содержащиеся в коррекционно-развивающей программе «НейроУм» (В.Е. Лучниковой). Дыхательные упражнения позволяют ребенку собраться, настроиться на работу и лучше усваивать материал занятия, глазодвигательные упражнения улучшают зрительно-моторную координацию глаз и способствуют к длительной концентрации внимания, кинезиологические упражнения развивают общую и мелкую моторику рук. Коррекционный этап играет важное значение при работе с детьми с нарушениями речи.

Благодаря разнонаправленности нейроупражнений и развивающих игр на занятиях происходит частое переключение с возбуждения на торможение нервной системы, что способствует развитию саморегуляции и произвольности у детей с нарушениями речи. Внедрение коррекционно-развивающей программы «Солнышко» создает у дошкольников позитивную установку на обучение, тренирует умения управлять своими эмоциями, понимать эмоции других людей, доводить начатое дело до конца и успешно адаптироваться в социуме.

## Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование эмоционально-волевой готовности к обучению в школе у детей с нарушениями речи.

**Задачи**:

- теоретико-методологическое обоснование особенностей развития детей с нарушениями речи, а также использования диагностических методик для выявления индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- проведение подгрупповых занятий по формированию эмоционально-волевой готовности к обучению в школе у детей с нарушениями речи;
- оказание консультативной и профилактической помощи родителям детей с нарушениями речи.

**Продолжительность программы в учебном году:** программа рассчитана на учебный год с сентября по май для детей с нарушениями речи (5–7 лет). Регулярность занятий — 1 раз в неделю.

**Форма занятия:** подгрупповая (2–6 человек).

Участие в подгрупповых занятиях программы нежелательно, если у ребенка проявляются сильные вспышки немотивированной агрессии, ярко выраженное нарушение поведения. В данных случаях необходима предварительная индивидуальная работа с ребенком педагога-психолога, клинического психолога.

**Этапы проведения занятий**

1. Организационный этап — проведение игры-приветствия с целью привлечения внимания детей, создание благоприятного эмоционального настроя в группе, сообщение темы занятия;
2. Коррекционный этап — нейроупражнения: дыхательные, глазодвигательные и кинезиологические упражнения;
3. Основной этап — сказкотерапия, библиотерапия, изотерапия; развивающие игры и упражнения, психогимнастика.
4. Завершающий этап — ритуал прощания, подведение итогов занятия.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

*Промежуточные:*

- умение распознавать в пиктограмме и называть следующие эмоциональные состояния: спокойствие, радость, удивление, грусть, страх, гнев;
- умение рассказать о своем настроении;
- знание не менее трех способов выражения и изменения этих эмоциональных состояний;
- умение действовать по словесной и зрительной инструкции;
- умение удерживать 2–3 правила в игровой ситуации.

*Итоговые:*

- сформированность произвольности внимания;
- умение осознать свои эмоциональные состояния и выражать их;
- умение понимать эмоции других людей;
- умение действовать по словесной и зрительной инструкции;
- умение удерживать 4–5 правила в игровой ситуации;
- умение проявлять самостоятельность и доводить дело до конца;
- умение оценить результат своего действия и позитивно реагировать на оценку.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2341**

# Коррекционно-развивающая программа по дополнительному образованию детей в возрасте от 5 до 6 лет по опытно-экспериментальной деятельности «Первые шаги в мир науки»

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Токарева Ксения Сергеевна,*** *старший воспитатель МАДОУ «Детский сад № 11», г. Петропавловск-Камчатский*

С самого раннего детства ребёнок настроен на познание, на знакомство с окружающим миром. На протяжении всего дошкольного периода он сталкивается с разнообразными явлениями мира, живой и неживой природы, проявляя к ним высокий интерес, стремясь познать их. Профессор Н.Н. Подъяков, проанализировав и обобщив свой богатый опыт исследовательской работы в системе дошкольного образования пришёл к выводу, что в детском возрасте ведущим видом деятельности является экспериментирование или другими словами — опытническая деятельность. Это значит, что эффективным инструментом освоения детьми закономерностей окружающего мира является познавательно-исследовательская деятельность так как главное её достоинство заключается в том, что она дает детям реальные представления о различных сторонах изучаемого объекта, о его взаимоотношениях с другими объектами и с окружающей средой.

Согласно требованиям, ФГОС ДО, воспитатель должен ежедневно организовывать ситуации, провоцирующие познавательную активность воспитанников. Развивать пытливость ума, знакомить со свойствами предметов при непосредственном наблюдении явлений и процессов, формировать умение планировать и анализировать практическую работу — это задачи современной системы образования.

Программа — это уникальное методическое пособие направлено на формирование у маленьких исследователей первых навыков научного мышления, любознательности и критического подхода к познанию окружающего мира.

В Программе рассматриваются такие аргументы, как важность раннего введения детей в научное познание, применение интерактивных методов обучения и создание игровой атмосферы, способствующей лучшему усвоению материала.

Каждый эксперимент структурирован таким образом, чтобы способствовать развитию сенсорных способностей, мелкой моторики, логических умений, а также формированию базовых научных концепции. Поисково-исследовательская деятельность позволяет воспринимать информацию на качественно ином уровне, что значительно повышает познавательную активность ребенка с ЗПР.

Кроме того, Программа направлена на развитие критического мышления и творческих способностей у детей, формирование навыков работы в группе и индивидуально, а также содействие эмоциональному и социальному развитию так как учитывает аспекты психоэмоционального состояния детей. Занятия проводятся в комфортной атмосфере, где каждый ребенок чувствует себя в безопасности и поддержанным, что позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающей работы. Это является ключевым моментом для детей с ЗПР, поскольку их уверенность и самооценка часто подвержены колебаниям.

Научная и практическая значимость Программы заключается в том, что она представляет собой эффективный инструмент для стимулирования интеллектуального и творческого потенциала детей, предоставляет возможность для социализации, что помогает в дальнейшем адаптироваться в коллективе, улучшить их общую готовность к обучению в школе, что является важным шагом для их дальнейшего образования.

**Цель и задачи программы:**

**Цель программы:** создание условий для формирования познавательной активности у детей в том числе для детей с ЗПР старшего дошкольного возраста в процессе опытно-экспериментальной деятельности.

**Задачи программы:**

Образовательные:

- формировать способность видеть многообразие мира в системе взаимосвязей;
- формировать опыт выполнения соблюдения правил техники безопасности при проведении физических экспериментов с использованием приборов — помощников (увеличительное стекло, пипетка, микроскоп, песочные часы и т.д.);
- расширять перспективы развития поисково-познавательной деятельности;
- учить детей сенсорным эталонам: способствовать накоплению конкретных представлений о предметах и их свойства;
- формировать представления о простейших перцептивных действиях (погладить, надавить, пощупать, попробовать на вкус и так далее);
- учить детей проявлять инициативу в получении новых знаний, самостоятельность;
- учить применять полученные знания в практической и познавательной деятельности.

Развивающие:

- развивать умение обследовать предметы и явления с разных сторон, выявлять зависимости;
- развивать пространственно-аналитическую деятельность, мыслительные операции (анализ, сравнение, обобщение, классификация и предпосылки логического мышления), межполушарное взаимодействие, проприорецептивные ощущения и тактильно-двигательные ощущения;
- развивать речь, обогащать словарный запас;
- развивать общую моторику и функциональные возможности кистей и пальцев рук;
- развивать зрительно-пространственное восприятие, зрительную память;
- развивать способности к концентрации, распределению и переключению внимания;
- развивать слуховое внимание;
- развивать самоконтроль и самооценку;
- развивать конструктивные детско-родительские отношения.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к природе;
- воспитывать уверенность в своих силах;
- воспитывать умение работать в коллективе;
- воспитывать такие качества, как сочувствие, отзывчивость;
- воспитывать умения обучающихся для успешной социализации в обществе.

**Вид / направленность Программы:**

Программа имеет коррекционно-развивающую направленность, адресована воспитателям групп общеразвивающей, комбинированной и компенсирующей направленности, а также учителям-дефектологам, педагогам-психологам.

**Целевая аудитория, описание ее социально-психологических особенностей:**

Особенности построения занятий программы предполагает участие следующих целевых групп: нормотипичные дети и дети с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР) в возрасте от 5 до 6 лет. В связи с особенностями целевой группы занятия Программы включают в себя формы и методы, направленные на развитие критического мышления и творческих способностей у детей, формирование навыков работы в группе и индивидуально, а также содействие эмоциональному и

социальному развитию, что является важным шагом для их дальнейшего образования, но и улучшению их общей готовности к обучению в школе.

**Длительность реализации Программы:**

Программа рассчитана на реализацию в течении 1 года, включает в себя 62 занятий, продолжительностью 25 минут, периодичность 2 раза в неделю во вторую половину дня с подгруппой детей (6 человек). Объем курса 36 часов. Занятия проводятся в лаборатории детского сада, занятия являются надпрограммными, комплексные, интегрированные, не дублируют ни одно из занятий Образовательной программы МАДОУ «Детский сад № 11».

**Этапы и алгоритм реализации Программы:**

Программа состоит из трех основных этапов:

1. Подготовительный. Этап включает определение проблемы, постановка цели и задач, подбор и изучение методической литературы, иллюстративного материала, определение методов работы, разработка перспективного плана, подбор диагностического инструментария (постановка вопросов поискового характера («Что будет, если…?», «Почему…?» и т.п.), дидактические игры, дидактические упражнения, беседа), организация совместной работы с родителями (разработка анкет и консультаций), создание РП/ПС по развитию интереса у детей к исследовательской деятельности в групповых, создание «Детской лаборатории», для проведения организованной исследовательской деятельности. По итогам работы составляется график занятий, регулируются вопросы с местом проведения встреч и ответственными лицами, сбор группы. При необходимости составляется приказ со списком участников и всеми организационными вопросами. Работа на данном этапе составляет около 2 недель.
2. Основной. На данном этапе проводится вводная диагностика на формирование интереса детей к поисковой деятельности, определение круга актуальных задач, далее происходит реализация конспектов занятий. Период реализации 9 месяцев;
3. Заключительный. Анализируются результаты работы на основе итоговой диагностики и сопоставления ее с первичной, для отслеживания эффективности проделанной работы. Составляются, при необходимости, рекомендации для дальнейшего планирования работы. Период подведения итогов 1 неделя.

**Ожидаемые результаты реализации Программы:**

1. Дети выведены на более высокий уровень познавательной, исследовательской активности.
2. У детей сформирована уверенность в себе посредством развития мыслительных операций, творческих предпосылок и как следствие, развитие у детей личностного роста и чувства уверенности в себе.
3. Расширены представлений о предметах и явлениях природы и рукотворного мира, выявляя их взаимосвязи и взаимозависимости.
4. Сформировано умение сверять результат деятельности с целью и корректировать свою деятельность.
5. Развиты навыки анализа объекта, предмета и явления окружающего мира, их внутренних и внешних связей, противоречивости их свойств, изменения во времени и т.п.
6. Сформировано умение по обозначенной цели составлять алгоритм, определяя оборудование и действия с ним. Обнаруживать несоответствие цели и действий и корректировать свою деятельность.
7. Развиты навыки самостоятельного (на основе моделей) проведения опытов с веществами (взаимодействие твердых, жидких и газообразных веществ, изменение их свойств, при нагревании, охлаждении и механических воздействии)
8. Сформированы коммуникативные навыки.

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

Для оценки качества освоения программы и достижения планируемых результатов используется «Диагностика познавательно-исследовательской деятельности детей 5–6 лет», за основу взяты диагностическая методика «Исследовательская активность» (А.И. Савенков) Савенков, А.И. Методика исследовательского обучения дошкольников /А.И. Савенков. Серия: — Издательство: Дом Федорова. — 2010. — 125 с. и сводные данные о возрастной динамике формирования навыков всех этапов экспериментирования Иванова А.И. «Живая экология» Творческий Центр «Сфера» М., 2007. Данная диагностика позволяет оценить развитие познавательного интереса у детей к предметам окружающего мира и их свойствам, а также на развитие конвергентного и дивергентного мышления, позволяет выявить детей, имеющих склонности к исследовательской деятельности.

**Используемые методики, технологии:**

Для более эффективного достижения поставленной цели в рамках программы используются методы и приемы организации опытно — экспериментальной деятельности:

- эвристические беседы, дискуссии;
- наблюдения за объектом;
- просмотр адаптированных для детей научно — популярных фильмов;
- постановка и решение вопросов проблемного характера;
- моделирование (создание моделей об изменениях в живой и неживой природе);
- проведение опытов и экспериментов;
- фиксирование результатов: наблюдений, опытов, экспериментов;
- использование художественного слова;
- дидактические игры;
- ситуация выбора;
- метод игрового проблемного обучения (проигрывание проблемных ситуаций, которые стимулируют познавательную активность детей и приучают их к самостоятельному поиску решений проблемы);
- мнемотехника (фиксирование и запоминание результатов эксперимента).

**Перечень и описание программных мероприятий:**

Содержание и темы занятий спланированы по блокам. Блоки Программы можно варьировать.

***Блок 0. Вводная часть.***

***Блок 1. Живая природа: характерные особенности сезонов разных природно — климатических зон, многообразие живых организмов и их приспособленность к окружающей среде, растительный мир.***

Данный раздел представлен небольшим количеством тем, так как наблюдения за природой, опыты и эксперименты экологического содержания в основном изучаются в разделе «Ознакомление с природой», образовательной области «Познание» основной образовательной программы.

***Блок 2. Неживая природа: воздух, вода, почва (песок, глина), камни.***

Тема 1. Воздух. Свойства воздуха: воздух невидим, он не ощущаем руками, заполняет собой все пространство, находится в пористых предметах, предметах с отверстиями, в воде он выходит в виде пузырьков.

Воздух не имеет запаха, но он «умеет» переносить ароматы. Ветер — это движение воздуха. Как помогает ветер? Как вредит?

Тема 2. Вода. Свойства воды: не имеет вкуса, цвета, запаха, жидкость, поэтому не имеет формы, текучая, приобретает форму сосуда, в котором находится, имеет вес, в ней растворяются некоторые вещества, вода приобретает цвет и запах растворившихся веществ. Три состояния воды: жидкое, твердое и газообразное. Очищающее свойство воды.

Тема 3. Почва. Знакомство с понятием «почва». Для чего нужна почва, состав почвы, ее основное назначение, виды (песок, глина).

Тема 4. Камни. Знакомство с «камнями» их разнообразием, свойствами, виды камней, горы, понятие вулкан, землетрясение.

***Блок 3. Физические явления: магниты, звук, свет, цвет, электричество, теплопередача, вес, притяжение.***

Тема 1. Свет. Свойства света: солнечный свет отражается в зеркале (солнечный зайчик). Естественные и искусственные источники света. Темное помещение можно осветить с помощью фонарика. Что такое тень?

Тема 2. Цвет. Радуга — световые волны разной длины и разного цвета.

Тема 3. Магнит — металл, тяжелый, твердый, плотный, его нельзя разбить, согнуть, сломать. Свойство магнитов притягивать металлические предметы и даже сквозь воду. Размер магнита влияет на его силу.

Тема 4. Электричество.

Тема 5. Теплопередача.

Тема 6. Звук.

Тема 7. Вес, притяжение.

***Блок 4. Свойства веществ.***

Тема 1. Предметы с секретом. Свойства различных веществ.

Тема 2. Миксология. Свойства растворимости различных веществ при смешивании друг с другом.

Тема 3. Кристаллография. Свойства кристаллизации веществ.

***Блок 5. Свойства материалов.***

Тема 1. Мир дерева. Свойства. Древесина твердая и прочная, горит, сохраняет тепло, не тонет в воде. Использование дерева в жизни человека.

Тема 2. Мир бумаги. Свойства бумаги: легко мнется, теряет первоначальную форму, быстро намокает, горит, использование в жизни человека.

Тема 3. Мир стекла. Свойства стекла: прозрачное, хрупкое, водонепроницаемое. Использование стекла в жизни человека.

Тема 4. Мир пластмасс. Свойства: теплый, гладкий, легкий материал, не тонет в воде, не ломается, не бьется.

Тема 5. Мир ткани. Знакомство со свойствами ткани. Ткань состоит из множества ниток, бывает разных видов — тонкая и более плотная, тонет в воде, намокает. Образцы ткани. Использование различных тканей.

Тема 6. Мир металлов. Свойства металла: тяжелый, прочный, холодный, тонет в воде. Использование металла на производстве, в быту.

***Блок 6.*** **Человек: функционирование организма.**

Тема 1. Человек — часть природы и состоит из клеток. Функционирование организма.

Тема 2. Органы чувств человека. Органы чувств — наши помощники в познании мира.

Перспективные планы составлены, с учетом требований программы, возрастных особенностей, материально-технической базы ДОО и интеграции образовательных областей

*«Познавательное развитие»* — рассматривание ситуаций в контексте различных природных явлений, решение логических задач, развитие суждений в процессе познавательно — экспериментальной деятельности: в выдвижение предположений, отборе способов проверки, достижении результата, их интерпретации и применении в деятельности.

*«Речевое развитие»* — использование на занятиях стихов, рассказов, загадок, словесных игр;

*«Социально-коммуникативное развитие»* — приобщение к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в ходе экспериментальной деятельности.

*«Художественно-эстетическое развитие»* — сюжетное рисование по впечатлениям от занятий, закрепление пройденного материала.

*«Физическое развитие»* — использование подвижных игр, физкультминуток.

Занятия по опытно-экспериментальной деятельности имеют следующую структуру

В вводной части занятия педагог предлагает детям проблемную ситуацию, которую разбирают все вместе, коллективно, а именно: выделяют ее особенности, выясняют как можно поступить, что лучше не делать, предполагают шаги к устранению проблемы.

Далее ребята уже начинают самостоятельно рассуждать, активно предлагать свои мнения, спорить, отстаивать свою позицию, для того чтобы выявить пути решения проблемы. В итоге в результате детского коллективного обсуждения приходят к одному общему мнению, а далее осуществляют исследование с предложенным материалом. Старший воспитатель с помощью вопросов, высказываний, обращений, незаметно для самих детей, наталкивает их на правильное решение, в этом и заключается помощь старшего воспитателя. Но на этом всё не заканчивается. В дальнейшем старший воспитатель такими действиями активирует развитие данного процесса, даёт понять детям, что верит в них, и в то, что они смогут самостоятельно что-то открыть.

Если же детям удалось совершить какое-либо открытие, все это происходит в яркой эмоциональной форме. Ребята переживают, нервничают, и у них получается безграничная радость, гордость за самих себя, они осознают, какими возможностями обладают, в дальнейшем всё это придает им силы и уверенность в себе для открытия нового.

В конце занятия педагог вместе с ребятами обсуждает, чем они пользовались, какие способы применяли, какие действия ими были выполнены в той или иной ситуации. Всё это не просто так. Заключительное слово необходимо для того, чтобы ребёнок ещё раз более наглядно и полно увидел все возможные способы действия с предметами и материалами, которые были ему предложены. Всё это стимулирует ребёнка на новые эксперименты, не только в процессе занятия, но и в других видах деятельности так же и в самостоятельной.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2342**

# Коррекционно-развивающая технология «ПАСЛ» (Прием активного слушания литературы) для старших дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР) и тяжелыми нарушениями речи (ТНР)

**Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Шевцова Ирина Юрьевна,*** *учитель-логопед МБДОУ №40 детский сад «Золотой ключик», Камчатский край, Усть-Камчатский муниципальный округ*

Технология «ПАСЛ» представляет собой систему взаимодействия между взрослым и ребенком через слушание и обсуждение текстов разной сложности.

Технология имеет четкую структуру и разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) и федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченным возможностями здоровья (ФАОП ДО) утверждена Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1022 «Об Утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (с дополнениями и изменениями от 02.09.2024г. приказ №127). Технология акцентирует свое внимание на целевых ориентирах образовательной области «Речевое развитие», возрастных характеристиках возможных достижений ребенка с ЗПР, ТНР к концу дошкольного образования.

Технология реализуется с помощью специального инструмента — пяти пазлов из невпитывающего полотна (фасилитационная стена), что дает возможность визуализации речевого материала на пазлах, позволяет детям лучше воспринимать и запоминать информацию.

Основные преимущества технологии «ПАСЛ»:

- гибкость применения в зависимости от педагогических целей;
- отсутствие строгой последовательности использования;
- адаптивность под индивидуальные особенности детей.

Данная технология может использоваться, как вариативная часть рабочей программы учителя-логопеда или воспитателя и может быть успешно интегрирована как в индивидуальные занятия, так и в подгрупповые, групповые форматы, включая логопедические занятия, занятия по развитию речи, познавательному, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному развитию. Важно отметить, что Технология универсальна и может быть адаптирована для детей с различным уровнем развития и различными образовательными потребностями.

Технология рекомендована для реализации в группах компенсирующей направленности, также для воспитанников с особыми образовательными потребностями и нормотипичных детей в условиях групп комбинированной и общеразвивающей направленности.

Кроме того, ПАСЛ стимулирует сотрудничество между педагогами и родителями. Родители, вовлеченные в процесс, могут получить полезные рекомендации по развитию речевых навыков ребенка дома, что делает обучение системным и последовательным.

**Проблемная ситуация, цели и задачи, на решение которых направлена Технология**

В последние десятилетия наблюдается значительное увеличение использования цифровых технологий в повседневной жизни детей, которые требуют быстрой реакции и переключения между зада-

чами. Современные дети часто сталкиваются с трудностями при восприятии длинных текстов, так как они привыкли к короткому и яркому контенту, который легко усваивается без необходимости глубокого анализа. Этот феномен особенно заметен среди дошкольников, которые еще только учатся читать и воспринимать услышанную информацию через текст.

Современные образовательные стандарты, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, предъявляют повышенные требования к уровню речевого развития. Способность учащихся понимать и воспроизводить вербальную информацию во многом определяет качество их обучения.

В этой связи следует уделять особое внимание воспитанникам с задержкой психического развития (ЗПР) и тяжелыми нарушениями речи (ТНР). Для них критически важно развитие навыков концентрации, самоконтроля и умения воспринимать и анализировать услышанную информацию. Такие дети чаще всего сталкиваются с рядом трудностей, среди которых:

- трудности в запоминании услышанной информации;
- неспособность выделить основную мысль текста или повествования;
- ошибки в передаче логической последовательности событий, упущение важных смысловых деталей;
- непонимание смыслового содержания услышанного текста;
- упущение существенных деталей при пересказе, нарушение последовательности повествования, повторения, затруднения в подборе нужных слов;
- ограничение пересказа простым перечислением предметов, персонажей или действий, изображенных на картинках, без понимания причинно-следственных связей.

С целью преодоления данных трудностей, разработана модифицированная технология «ПАСЛ» (Прием активного слушания литературы) для старших дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР) и тяжелыми нарушениями речи (ТНР) (далее — Технология).

**Новизна:** в основе Технологии лежит концепция интерактивного обучения, которая предполагает активное участие обучающегося в процессе усвоения знаний. Это позволяет ребенку не только воспринимать информацию пассивно, но и активно взаимодействовать с ней, что способствует более глубокому пониманию материала и развитию речевых навыков.

**Практическая значимость.** Технология разработана с использованием универсального средства — инструмента ПАСЛ (пять пазлов изготовленных из специального невпитывающего полотна (фасилитационная стена)), которое позволяет организовать процесс обучения в игровой и наглядной форме. В календарно-тематическое планирование включен региональный компонент, представленный текстами камчатских писателей, что способствует расширению кругозора детей и укрепляет связь с родным регионом. Такой подход позволяет формировать у детей чувство уважения и интереса к местной культуре, что играет важную роль в их воспитании.

**Цели и задачи технологии**

**Цель**: Развитие навыков слушания, восприятия и понимания информации у старших дошкольников, посредством стимулирования когнитивных процессов через активное взаимодействие с услышанным материалом.

**Задачи Технологии**:

*Коррекционно-образовательные*:

- стимулировать речевую активность;
- формировать навыки анализа текста;
- развивать грамматический строй речи;
- развивать активный и пассивный словарный запас;
- развивать навыки последовательного и логического изложения своих мыслей;
- пополнять и активизировать словарь детей на основе ознакомления и анализа текстов камчатских писателей;

*Коррекционно-развивающие:*

- развивать слуховую память, внимание;
- повышать концентрацию;
- способствовать развитию образного и логического мышления;
- стимулировать воображение и творческую активность;
- совершенствовать мелкую моторику через развитие пальцевого захвата и самостоятельных манипуляций

*Коррекционно-воспитательные:*

- повышать мотивацию к обучению;
- формировать устойчивый интерес к чтению
- улучшать навыки взаимодействия с окружающими;
- формировать уважение и интерес к культуре и традициям северных народов, населяющих родной край.

**Целевая аудитория**

Педагоги, родители (законные представители), дети в возрасте 5–7 лет, имеющие задержку психического развития (ЗПР) и тяжёлые нарушения речи (ТНР). Технология рекомендована для реализации в группах компенсирующей направленности, а также для воспитанников с особыми образовательными потребностями и нормотипичных детей в условиях групп комбинированной и общеразвивающей направленности.

**Алгоритм реализации Технологии**

| № | Этап | Цель | Календарные сроки |
|---|---|---|---|
| 1 | **Диагностический** | Проведение первичных исследований у старших дошкольников, для оценки уровня восприятия, понимания и анализа услышанной информации, а также комплексную оценку уровня развития связной речи у детей дошкольного возраста (5–7 лет). | первая половина сентября |
| 2 | **Подготовительный** | Подготовка педагогов, родителей и детей к предстоящей работе по внедрению Технологии в группе дошкольников. Отбор и адаптация текстов для разборов. Составление планирования. | сентябрь — первая половина октября |
| 3 | **Основной** | Проведение мероприятий, занятий, связанных с Технологией ПАСЛ в группах старших дошкольников и среде педагогов и родителей | вторая половина октября — апрель |
| 4 | **Заключительный** | Подведение итогов реализации Технологии ПАСЛ | май |

**Перечень и описание мероприятий**

| № | Этап | Мероприятия | Участники |
|---|---|---|---|
| 1 | Диагностический | Наблюдение, беседа, анализ продуктов детской деятельности, диагностическая ситуация, диагностическое задание, беседа с родителями):<br>1. Дистанционное заполнение Google-опросника, сбор анамнестических данных: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfQmrJR7p6A-B6ODB108nC2RCrmjHeZbEfbvQ7gxQbUCej_IQ/viewform | Дети, родители |
| | | 2. Диагностика связной речи у дошкольников 5–7 лет по методике В.П. Глухова https://disk.yandex.ru/i/QZM8aqFepBaxig<br>3. Коненкова И.Д. Обследование речи дошкольников с задержкой психического развития. — М.: ГНОМ и Д, 2005. — 80С. | Дети, педагоги ДОО |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | 4. Картинный диагностический материал к пособию Коненкова И.Д. «Обследование речи дошкольников с задержкой психического развития». — М.: ГНОМ и Д, 2001. — 18С. | |
| 2 | Подготовительный | Выступление на педагогическом совете «Знакомство с Технологией ПАСЛ» | Педагоги ДОО |
| | | Выступление на родительских собраниях в группах старших дошкольников | Родители |
| | | Знакомство с технологической картой занятия с применением ПАСЛ *(Приложение №1)* | Педагоги, реализующие Технологию |
| | | Индивидуальное консультирование по запросу родителя или педагога, использующего технологию с детьми. | Родители и педагоги ДОО |
| | | Отбор и адаптация текстов, соответствующих уровню развития детей | Педагоги, реализующие Технологию |
| | | Составление календарно-тематического планирования с использованием Технологии *(Приложение №2)* | Педагоги, реализующие Технологию |
| 3 | Основной | Реализация Технологии ПАСЛ в образовательном процессе | Педагоги ДОО, родители, дети |
| | | Мастер-класс для родителей, по применению технологии ПАСЛ в домашних условиях | Родители |
| 4 | Заключительный | Проведения повторной диагностики<br>Анализ результатов проделанной работы, обобщения полученного опыта. | Дети, педагоги, реализующие Технологию |
| | | Ознакомления с информацией, полученной в ходе анализа результатов проделанной работы | Родители, педагоги, администрация ДОО |
| | | - Подготовка методических рекомендаций по дальнейшему использованию Технологии ПАСЛ<br>- Оформление отчетной документации<br>- Распространение успешного опыта через публикации и выступления на методических объединениях | Педагоги, реализующие Технологию |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2348**

# Развивающие психолого-педагогические программы

## Технологический комплекс (технология) психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса «Технология раскрытия личностного потенциала: «Персона 360»

**I место**

**Автор — победитель Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Шебеко Лариса Владимировна,*** *педагог-психолог ОГБПОУ «Ульяновский педагогический колледж», г. Ульяновск*

«Технология раскрытия личностного потенциала: «Персона 360» направлена на комплексное развитие личности обучающихся в колледже, затрагивая работу с их родителями и педагогами.

Программа технологии составлена с учетом нормативно-правовой базы, регламентирующей деятельность педагога-психолога. Она содержит паспорт и разделы, освещающие актуальность, целевую аудиторию, методическое обеспечение, сферы ответственности, права и обязанности участников, способы которыми обеспечиваются гарантии их прав, ожидаемые результаты и систему внутреннего контроля. Также представлены критерии оценки достижений, сведения об апробации технологии, используемые методики, технологии и инновации, методы, сроки и этапы реализации, перечень мероприятий и приложения с конспектами и сценариями.

Акцент сделан на развитие личностного потенциала всех обучающихся и сопровождение «группы риска» по результатам социально — психологического тестирования. Методический инструментарий интегрирует диагностическую, профилактическую, развивающую и коррекционную работу. Личностный потенциал рассматривается как совокупность интеллектуальных, эмоциональных, волевых, мотивационных и социальных ресурсов.

Технология развивает ключевые компетенции, осознанность, уверенность, критическое и креативное мышление, коммуникативные навыки.

Основные направления включают развитие интеллектуальных способностей, эмоциональной компетентности, коммуникативных навыков, ценностно-смысловой сферы и самосознания.

В программе используются интерактивные, игровые, сюжетно-ролевые методы, интерактивные симуляции и социальные медиа. Это способствует активному вовлечению обучающихся в процесс саморазвития и обеспечивает качественные изменения в их личностных характеристиках.

### Цель и задачи технологии

Цель — создание оптимальных условий для гармоничного и всестороннего развития личности обучающихся, раскрытия и реализации их потенциала.

Задачи:

- формирование устойчивой позитивной самооценки;
- развитие эмоционального интеллекта: осознание и управление своими эмоциями, способности понимать чувства других людей, развитие эмпатии;
- развитие социального интеллекта: совершенствование социальных навыков, понимание своих действий и намерений других людей, развитие способности действовать сообразно ситуации;
- развитие коммуникативных навыков: умения находить общий язык, работать в команде, разрешать конфликты, устанавливать и поддерживать позитивные межличностные отношения;

- развитие когнитивных способностей посредством стимуляции интеллектуальной активности, развития критического мышления, творческого подхода к решению задач, расширения кругозора и формирования умения учиться на протяжении всей жизни;
- развитие ценностно-смысловой сферы: формирование осознанных моральных принципов, гражданской позиции, ответственности за свои поступки и стремления к самореализации в соответствии с общечеловеческими ценностями.

**Целевая группа (участники) технологии**

Технология рассчитана на студентов, обучающихся по программам среднего специального образования. Программа Технологии разработана для обучающихся, относящихся к целевой группе — «Норма», а также обучающихся, вошедших в категорию «Дети, нуждающиеся в особом внимании в связи с высоким риском уязвимости» по результатам ежегодного социально-психологического тестирования, которое проводится в соответствии с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 февраля 2020 г. № 59 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях».

**Нормативно-правовые и научно-методические основания разработки и реализации технологии**

Технология раскрытия личностного потенциала опирается на нормативно-правовое регулирование и научно-методическую базу, включающие в себя ряд основополагающих документов и теоретических разработок.

Нормативно-правовое основание программы: Конституция Российской Федерации; Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Профессиональный стандарт педагога — психолога, утверждённый приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н; Правила безопасности применяемых методик и корректного использования сведений психологического характера (приняты Всероссийским совещанием «Служба практической психологии в системе образования России.

Реализация технологии предполагает соблюдение «Этического кодекса педагога-психолога службы практической психологии образования России», принятого в мае 2003 года, соблюдение норм и принципов профессиональной деятельности педагога-психолога, обеспечивающих конфиденциальность, уважение к личности и создание безопасной и поддерживающей образовательной среды.

Научно-методическая база включает в себя современные исследования в области возрастной психологии, педагогической психологии и психологии развития. Особое внимание уделяется изучению закономерностей становления личности в студенческом возрасте, выявлению факторов, способствующих и препятствующих раскрытию личностного потенциала.

**Используемые методики, технологии, инструментарий**

Мониторинг успешности реализации программы осуществляется по Единой методике социально-психологического тестирования (ЕМ СПТ), разработанной Министерством просвещения Российской Федерации по поручению Государственного антинаркотического комитета на интернет-платформе «Программный комплекс АРМ БОС».

Методы для развития компетенций по программе:

- Интерактивные методы: кейсы, проекты;
- Сюжетно — ролевые методы: Большая психологическая игра;
- Игровые технологии: квесты, ролевые игры, деловые игры, направленные на раскрытие личностного потенциала и умение работать в команде.
- Методы активного обучения и развития навыков: вебинары, тренинги, направленные на развитие коммуникативных навыков, выстраивания личных границ, групповые дискуссии и дебаты, стимулирующие критическое мышление и умение выражать собственное мнение.

Технология раскрытия личностного потенциала включает в себя готовый инструментарий:

- Личная инновационная разработка «Большая психологическая игра», которая представляет собой погружение студентов в созданный виртуальный мир с персонажами и проблемными ситуациями, которые необходимо разрешить обучающимся.
- Применение данной технологии позволяет эффективно решать широкий спектр задач, связанных с развитием личности. Она представляет собой мощный инструмент для формирования у участников коммуникативных навыков, развития эмоционального интеллекта, критического мышления и повышения уровня самосознания. А игровой формат способствует созданию благоприятной атмосферы для получения новых знаний и нового опыта, эффективному межличностному взаимодействию.
- Психологическая игра «Поддержка», созданная С. Раевский и А. Чугуева. Предоставляет уникальную платформу для экспериментов с различными ролями и стратегиями, способствует развитию эмоционального интеллекта, позволяя участникам лучше понимать свои чувства и эмоции других людей. поведения.
- МАК «Личные границы». Автор И. Орда, помогающие участникам визуализировать и анализировать свои личные границы, а также выявить закономерности их нарушения и найти возможности их укрепления.

**Перечень и описание программных мероприятий**

| Месяц | Целевая аудитория | Мероприятия | Содержание |
|---|---|---|---|
| 3 неделя, ноябрь | Педагоги | Педагогический совет «Комплексное развитие личностного потенциала студентов» | Презентация Технологии |
| 4 неделя, ноябрь | Обучающиеся, классные руководители, педагоги | Большая психологическая игра «Академия Созидания».<br>Цикл 1 «Лаборатория успеха»,<br>день 1 Зал Критического мышления | Квест-игра «Затерянный город Энигма» |
| 4 неделя, ноябрь | Обучающиеся, классные руководители, педагоги | Большая психологическая игра «Академия созидания».<br>Цикл 1 «Лаборатория успеха»,<br>день 2 Зал Мастеров коммуникации | Интервью |
| 4 неделя, ноябрь | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания».<br>Цикл 1 «Лаборатория успеха»,<br>день 3 Зал креативного мышления | Творческая мастерская «Комикс нашей студенческой жизни» |
| 4 неделя, ноябрь | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания».<br>Цикл 1 «Лаборатория успеха»,<br>день 4 Зал Эмоционального интеллекта | Клип-студия |
| 4 неделя, ноябрь | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания».<br>Цикл 1 «Лаборатория успеха»,<br>день 5 Зал Интеграции знаний | Эмоциональный детектив: «Загадка исчезнувшей картины» |
| 1 неделя, декабрь | Обучающиеся | Зал Поддержки (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Психологическая игра «Поддержка» |
| 2 неделя, декабрь | Обучающиеся | Зал Поддержки (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Психологическая игра «Поддержка» |
| 3 неделя, декабрь | Обучающиеся | Зал Поддержки (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Психологическая игра «Поддержка» |
| 3 неделя, январь | Обучающиеся | Зал Поддержки (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Психологическая игра «Поддержка» |
| 3 неделя, январь | Родители | «Обретение независимости: сепарация детей от родителей» | Вебинар |

| Месяц | Целевая аудитория | Мероприятия | Содержание |
|---|---|---|---|
| 4 неделя, январь | Обучающиеся | Зал Поддержки (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Психологическая игра «Поддержка» |
| 1 неделя, февраль | Обучающиеся, классные руководители, педагоги | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 2 «Трансформация: путь через ценности к силе духа», день 1 Сокровищница души | Квест «В поисках сокровищ души» |
| 1 неделя, февраль | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 2 «Трансформация: путь через ценности к силе духа», день 2 Хронолаборатория | Инсценировка «Пожиратели времени» |
| 1 неделя, февраль | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 2 «Трансформация: путь через ценности к силе духа», день 3 Зал Братства | Создание трекеров полезных привычек группы |
| 1 неделя, февраль | Классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 2 «Трансформация: путь через ценности к силе духа», день 4 Архив знаний | Игра в формате телепередачи «Что? Где? Когда?» |
| 1 неделя, февраль | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 2 «Трансформация: путь через ценности к силе духа», день 5 Зал Семейного очага | Марафон социальных роликов «Все мы родом из детства» |
| 2 неделя, февраль | Педагоги | «Развитие личностного потенциала» | Деловая игра |
| 2 неделя, февраль | Обучающиеся | Зал защиты личных границ (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Тренинг «Личные границы» |
| 3 неделя, февраль | Обучающиеся | Зал защиты личных границ (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Тренинг «Личные границы» |
| 4 неделя, февраль | Обучающиеся | Зал защиты личных границ (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Тренинг «Личные границы» |
| 1 неделя, март | Обучающиеся | Зал защиты личных границ (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Тренинг «Личные границы» |
| 2 неделя, март | Обучающиеся | Зал защиты личных границ (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Тренинг «Личные границы» |
| 3 неделя, март | Обучающиеся | Арена Истины (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Игра «Деббатл» |
| 4 неделя, март | Обучающиеся | Арена Истины (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Игра «Деббатл» |
| 1 неделя, апрель | Обучающиеся | Арена Истины (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Игра «Деббатл» |
| 2 неделя, апрель | Обучающиеся | Арена Истины (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Игра «Деббатл» |
| 3 неделя, апрель | Обучающиеся | Арена Истины (выход на группы с обучающимися из группы риска) | Игра «Деббатл» |
| 4 неделя, апрель | Родители | «Ненасильственное общение — ключ к гармоничным отношениям» | Вебинар |
| 3 неделя, май | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 3 «Архитекторы будущего», день 1 Зал Эхо времени | Встреча с собой. «Письмо себе в будущее» |
| 3 неделя, май | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 3 «Архитекторы будущего», день 2 Зал проектирования собственного будущего | Воображариум |

| Месяц | Целевая аудитория | Мероприятия | Содержание |
|---|---|---|---|
| 3 неделя, май | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 3 «Архитекторы будущего», день 3–4 Зал архитекторов инноваций | Разработка макета колледжа будущего |
| 3 неделя, май | Обучающиеся, классные руководители | Большая психологическая игра «Академия созидания». Цикл 3 «Архитекторы будущего», день 5 Зал архитекторов инноваций | Презентация проекта. Подведение итогов цикла и в целом Большой психологической игры. |
| Ноябрь | Педагог-психолог | Итоговая диагностика, подведение и оценка итогов | Сбор и оценка результатов |
| Ноябрь | Педагоги | Педагогический совет «Подведение итогов по комплексному развитию личностного потенциала студентов» | Подведение итогов реализации Технологии |

**Ожидаемые результаты**

Критериями оценки достижения планируемых результатов могут служить результаты социально — психологического тестирования, цель которого выявление факторов риска вовлечения обучающихся в зависимое и рискованное поведение.

После завершения апробации технологии, обучающиеся:

- адаптируется к изменению своих возможностей и к меняющимся обстоятельствам;
- ощущают себя принятыми в референтной группе;
- способны строить и развивать позитивные и конструктивные межличностные отношения;
- способны критически оценивать ситуации и свои действия в них;
- способны к рефлексии собственных действий;
- прогнозируют возможное дальнейшее развитие событий и их последствия,
- понимают и способны описать последствия своих решений и действий,
- имеют оптимистичный взгляд на свои возможности и перспективы;
- определяют собственное эмоциональное состояние, понимают и описывают его;
- умеют регулировать собственные эмоции и настроение;
- идентифицируют свои реакции на стресс и умеет управлять ими;
- способны сохранять равновесие в ситуациях неопределенности, напряженности в межличностных отношениях;
- чувствуют себя способными влиять на свою жизнь и быть активными в ее построении;
- анализируют собственные реакции на ситуации;
- способны брать ответственность за свои решения и действия;
- способны адекватно воспринимать возникающие трудности и находить корректные пути выхода и решения проблем;
- проявляют активность в достижении поставленных целей,
- оценивают риски и их последствия;
- готовы действовать в отсутствие гарантий успеха.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2350**

# Коррекционно-развивающая программа «Добро пожаловать в Хогвартс» по развитию творческого мышления у детей младшего школьного возраста

**II место**

**Автор — призер Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Виличинская Елена Викторовна***, *педагог-психолог высшей квалификационной категории Каргатского филиала ГБУ НСО ОЦДК*

Программа «Добро пожаловать в Хогвартс» является авторской, психолого–педагогической, коррекционно-развивающей программой дополнительного образования и предназначена для реализации педагогом — психологом в условиях коррекционно-развивающих занятий в Каргатском филиале ГБУ НСО ОЦДК.

Одной из ключевых целей современной системы образования является создание благоприятной среды для формирования гармонично развитой, творческой личности школьника. Согласно результатам самообследования примерно 90% обучающихся не умеют правильно, оперативно и, главное, результативно применять полученные знания в реальной жизни, справляться с нестандартными ситуациями, находить новые способы достижения цели.

На основании этого возникает потребность в поиске новых, эффективных средств и методов образовательной деятельности, которые будут способствовать развитию творческого потенциала обучающихся.

Участники программы: дети младшего школьного возраста.

В процесс занятий включены дети с разным актуальным уровнем и зоной ближайшего развития нормотипичные; испытывающие трудности в обучении; имеющие статус ребенка с ОВЗ; одаренные дети.

Развитие творческого мышления у младших школьников способствует улучшению их успеваемости, а также формированию личностных качеств, таких как уверенность в себе, адаптивность и готовность к сотрудничеству. Эти навыки будут востребованы не только в процессе школьного обучения, но и в жизни, что делает их важной составляющей общего развития ребенка, поскольку, тем самым, мы формируем функциональную грамотность у обучающихся.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФАОП НОО и направлена на создание системы комплексного психолого-педагогического сопровождения процесса освоения АООП НОО обучающимися. Проведение занятий в рамках программы будет способствовать развитию личностных и метапредметных результатов усвоения основной образовательной программы начального общего образования (личностные, коммуникативные, познавательные и регулятивные УУД).

Программа реализуется через моделирование ситуации прохождения детьми компьютерной игры и содержит примерные конспекты занятий с выделенными способами дифференциации сложности и способов подачи материала, особенностями организации занятий, а также готовые материалы и презентации, которые используются на занятиях, что обеспечивает оптимальное удобство применения программы специалистами, в том числе начинающими, педагогами-совместителями школ и П/ПМС-центров.

**Цель, задачи и ожидаемые результаты реализации программы:**

***Цель программы:*** развитие творческого мышления у детей младшего школьного возраста посредством активизации их познавательной деятельности.

Реализация данной цели предполагает решение следующих ***задач:***

1. Способствовать повышению познавательной активности, любознательности, инициативности;
2. Развивать воображение и фантазию;
3. Развивать мыслительные операции (анализ, сравнение, обобщение, синтез, классификация, систематизация);
4. Развивать качества творческого мышления младших школьников, такие как: гибкость, беглость, точность, оригинальность;
5. Развивать умение контролировать процесс и результат своей деятельности в ходе сотрудничества с педагогом и сверстниками.

***Ожидаемые результаты реализации программы:***

| ***Промежуточные результаты*** **реализации программы** | ***Итоговые результаты*** **(при условии успешной реализации программы)** |
|---|---|
| ***У обучающихся младшего школьного возраста:*** | |
| 1. повысился интерес и стремление к творчеству;<br>2. повысилась исследовательская и творческая мотивация, направленность на конечный результат деятельности;<br>3. повысилась активность и инициативность детей на занятиях;<br>4. отмечаются проявления инициативы в коммуникациях со сверстниками и педагогами, открытость, способность к передаче информации и взаимодействию;<br>5. развиты умения находить: сходства и противоречия между заданными объектами и явлениями; альтернативное применение предметов в другом качестве, а также их преобразование и усовершенствование.<br>6. повысился уровень концентрации, устойчивости, переключаемости внимания;<br>7. сформирована способность к нестандартному способу организации деятельности. | 1. сформированы интеллектуальные качества, входящие в состав креативности: беглость, гибкость и оригинальность мышления, воображения, умение находить неожиданные ассоциации.<br>2. повысился уровень развития воображения и креативности;<br>3. повысилось стремление к постановке новой цели и применению оригинальных способов ее реализации;<br>4. сформировано умение договариваться, принимать и соблюдать правила в процессе совместной деятельности со сверстниками;<br>5. сформированы навыки командной творческой работы;<br>6. повысилась целенаправленность деятельности. |

**Форма реализации программы:**

Программа рассчитана на 14 занятий, 2 раза в неделю в течение 7 недель. Форма проведения занятий групповая. Перед проведением коррекционно-развивающих занятий (в ходе формирования группы) предусмотрена индивидуальная диагностика для определения актуального уровня и зоны ближайшего развития. Временные границы занятий устанавливаются в соответствии с психофизиологическими и возрастными особенностями детей. Приблизительная длительность занятия составляет 30 — 40 минут.

**Уникальность программы:**

Реализация программы предполагает моделирование ситуации посредством прохождения детьми компьютерной игры, что обусловлено повышенным интересом современных детей к ИКТ-технологиям и играм в целом. Суть игры: стилизация прохождения обучения в школе чародейства и волшебства Хогартс из вселенной Гарри Поттера. Введение дополнительного игрового мотива и сюжетной линии обеспечивает повышение результативности выполняемой обучающимися деятельности и формированию благоприятной среды для формирования креативного мышления. Для приближения к формату компьютерной игры используется соответствующая терминология (аккаунт, никнейм, уровень, магия, волшебство и т.д.), мультимедийные презентации, разработанные в соответствии с поставленными целями, задачами и ожидаемыми результатами.

В процессе занятий происходит комплексное развитие ребенка. Основной развивающей целью программы является развитие креативного мышления. Однако, в силу подбора наиболее эффективных форм, методов и приемов работы (правильная подача инструкции, учет модальностных особенностей, своевременная смена видов деятельности и профилактика утомления, учет личностных качеств, понимание доступного уровня сложности и т.д.) происходит развитие эмоционально-волевой и регулятивной сферы. В связи с краткосрочностью цикла занятий акцент идет на выявление потенциальных возможностей, ресурсов ребенка для закрепления результата в образовательной организации.

Также, как и в условиях инклюзивного класса, в процесс занятий включены дети с разным актуальным уровнем и зоной ближайшего развития (нормотипичные; испытывающие трудности в обучении; имеющие статус ребенка с ОВЗ; одаренные дети), поэтому предусмотрен дифференцированных подход к обучению. Таким образом, в зависимости от актуального уровня развития каждого ребенка зависит основная направленность работы: для обучающих с нормой психического развития и незначительными трудностями в формировании отдельных процессов — развивающая, для обучающихся с ОВЗ — коррекционная.

В процессе подбора заданий учитывается актуальный уровень и зона ближайшего развития каждого ребенка и, соответственно, осуществляется дифференциация группы на 3 подгруппы:

*1 группа* — обучающиеся, уже имеющие статус ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее — ОВЗ) и потенциально нуждающиеся в смене образовательного маршрута;

*2 группа* — обучающиеся с уровнем психического развития в пределах нижней границы условно-возрастной нормы;

*3 группа* — обучающиеся с нормой психического развития и повышенным интеллектуальным уровнем.

Данная дифференциация позволяет педагогу-психологу эффективно организовать коррекционно-развивающий процесс с учетом возможностей и потребностей каждого ребенка. Представленная градация используется при выполнении детьми самостоятельных, фронтальных и коллективных заданий.

**Методы и методики отслеживания эффективности программы:**

Диагностический инструментарий определяется принципом валидности, надежности и максимальной информативности. В ходе обследования учитывается доступный уровень сложности для каждого ребенка, степень необходимой помощи со стороны педагога и целенаправленность выполнения заданий.

В зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей ребенка варьируется содержание инструкции, количество повторения, регламентация временного режима, объем необходимой помощи.

Углубленная диагностика позволяет оценить актуальный уровень и зону ближайшего развития каждого ребенка, что способствует нахождению оптимальных условий для работы и достижения положительной динамики с учетом типологических особенностей детей.

В ходе **входной** и **итоговой** диагностик используется *единый инструментарий.* Однако *итоговая* диагностика проводится в групповой форме и предполагает варьирование уровня сложности заданий.

Диагностика осуществляется по основным компонентам творческого мышления: интеллектуальные предпосылки, личностные и процессуальные составляющие. В этой связи в ходе первого занятия проводится оценка потенциала, возможностей и особенностей ребенка. В процессе обследования познавательной сферы изучаются все компоненты для получения оптимальной картины о потребностях и степени необходимой помощи ребенку. Выявление актуального уровня и зоны ближайшего развития позволяют оптимизировать процесс диагностики творческого мышления, индивидуализировать подачу задания, объем необходимой помощи. На основании полученных результатов определяются приоритетные направления деятельности и способы организации занятий.

*Методики, используемые для диагностики:*

- Исключение предметов (4 лишний);
- Методика Кооса;
- Тест креативности Торренса (сокращенный вариант)

Методика «Где чье место?» (Г.А. Урунтаевой).

**Структура и содержание программы:**

*Входная диагностика* предусмотрена на этапе формирования группы и проводится индивидуально перед началом коррекционно-развивающих занятий.

**Программа состоит из 4 последовательных этапов:**

1. Мотивационно-ориентировочный (1 занятие)
2. Развивающий (2–9 занятие)
3. Динамический (10 занятие).
4. Закрепляющий (11–14 занятие)

**Развитие креативного мышления осуществляется последовательно:**

1. (2–5 занятие) Развитие интеллектуальных предпосылок творческой деятельности, а также предварительный набор знаний и умений, необходимых для того, чтобы создать что-то новое;
2. (6–10 занятие) Развитие беглости и гибкости мышления. Возможности продуктивно действовать в ситуациях новизны и неопределенности, при недостатке информации, когда нет заранее известных способов действий, гарантированно ведущих к положительному результату;
3. (11–14 занятие) Развитие креативности. Возможности создавать что-либо, обладающее новизной и оригинальностью.

| **Тематическое планирование** | | |
|---|---|---|
| ***Этап, №, форма занятия и название уровня/занятия*** | ***Направленность занятий/ показатели*** | ***Формы и методы работы*** |
| *на этапе формирования группы*<br>Входная диагностика. | Особенности развития познавательной сферы, актуальный уровень и зона ближайшего развития. | Методика Кооса;<br>Исключение предметов (4 лишний);<br>Тест креативности Торренса (сокращенный вариант);<br>Методика «Где чье место?» (Г.А. Урунтаевой) |
| *Мотивационно-ориентировочный этап*<br>Занятие №1<br>Групповая форма<br>*Подготовительный уровень* | Знакомство и сплочение группы, создание атмосферы, располагающей к творчеству. | Игры и упражнения на повышение мотивации, целенаправленности, любознательности, воображения. |
| *Развивающий этап*<br>Занятия №2–9<br>Групповая форма<br>*№2 Уровень «Новичок»*<br>*№3 Уровень «Ученик»*<br>*№4 Уровень «Умелец»*<br>*№5 Уровень «Знаток»*<br>*№6Уровень «Мыслитель»*<br>*№7 Уровень «Эксперт»*<br>*№8Уровень «Наставник»*<br>*№9 Уровень «Ас»* | Развитие интеллектуальных качеств, входящих в состав креативности: беглости, гибкости и оригинальности мышления, воображения, умения находить неожиданные ассоциации.<br>Развитие качеств личности: целеустремленность, любознательность, наблюдательность, инициативность и т.д.<br>Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи, воображения. | Игры, упражнения, задания и приемы на развитие творческого мышления, воображения.<br>*С 6 занятия в процесс ДКРз включаются родители (законные представители) детей, а с 8 — педагоги.* |

| | | |
|---|---|---|
| | Развитие умения выдвигать мысли, находить способ решения проблемы.<br>Развитие воображения, коммуникативных навыков, умения составлять план действий в незнакомой ситуации.<br>Развитие предпосылок экспрессивности, творческих способностей. | |
| *Динамический этап*<br>Занятие № 10<br>Групповая диагностика. | Отслеживание достигнутой динамики и изменений в развитии познавательной сферы и, в частности, творческого мышления, а также мотивационного аспекта деятельности и личностных особенностей детей. | Методика Кооса;<br>Исключение предметов (4 лишний);<br>Тест креативности Торренса (сокращенный вариант);<br>Методика «Где чье место?» (Г.А. Урунтаевой) |
| *Закрепляющий этап*<br>Занятия №11–14<br>Групповая форма.<br>*№11 Уровень «Профи»*<br>*№12Уровень «Профессор заклинаний*<br>*№13 Уровень «Кубок Хогвартса»*<br>*№14 Итоговое комплексное занятие «Выпускной в Хогвартсе»* | Экспрессивность, творческие способности, умение координировать действия в коллективной работе. | Упражнения и задания на отработку и закрепление эффективных форм, методов и приемов с детьми для развития у них творческого мышления. |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2351**

# Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения детей иностранных граждан

**III место**

## Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Ажахметова Аида Ибадуллаевна,*** *директор МБОУ лицея №15 г. Пятигорска*

***Ильяшова Екатерина Анатольевна,*** *заместитель директора по учебно-воспитательной работе МБОУ лицея №15 г. Пятигорска*

***Боброва Алена Вячеславовна,*** *педагог-психолог высшей категории МБОУ лицея №15 г. Пятигорска*

***Мясоедова Ангелина Викторовна,*** *педагог-психолог высшей категории МБОУ лицея №15 г. Пятигорска*

***Пищулина Любовь Викторовна,*** *кандидат психологических наук, педагог-психолог высшей категории МБОУ лицея №15 г. Пятигорска*

Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения детей иностранных граждан в МБОУ в лицее №15 относится к категории развивающих, представляет собой комплекс мер, направленных на развитие адаптационного потенциала обучающихся — иностранных граждан посредством развития у них субъектных качеств личности, расширения их социального взаимодействия и освоения ими новых социокультурных норм. Программа предназначена для сопровождения детей школьного возраста.

Содержание Программы представляет собой алгоритм сопровождения данной категории обучающихся с помощью различных форм и методов, позволяющий формировать у детей иностранных граждан навыки адаптации и социализации. Комплексный характер Программы заключается в реализации системы психолого-педагогических мер по трем направлениям: диагностическая деятельность, коррекционно-развивающая деятельность, профилактико-просветительская деятельность. В рамках каждого направления реализуются мероприятия, обеспечивающие:

- оценку уровня социально-психологического развития и адаптации обучающихся — иностранных граждан;
- расширение социального взаимодействия обучающихся и их семей с другими детьми, родителями, педагогами;
- формирование у обучающихся психологической и социальной компетентности в решении ряда задач адаптации;
- социально-правовое, психолого-педагогическое просвещение обучающихся и их семей.

Практическая значимость и эффективность Программы обусловлена принципами системности, комплексности и интегративности в организации сопровождения детей иностранных граждан. Сопровождение обучающихся включает в себя работу с их субъектной ресурсностью, доминирующими переживаниями, работу по повышению у них социальной активности и интереса при вхождении в новую образовательную и культурную среду, работу по формированию позитивных социальных установок у обучающихся и в школьных группах.

Данная программа психолого-педагогического сопровождения детей иностранных граждан разработана в МБОУ лицее №15 г. Пятигорска в 2024 году. Программа реализовывалась на протяжении 2024–2025 учебного года и продолжает реализовываться в настоящий момент. В Программу включены все обучающиеся (с 1 по 11 класс) — иностранные граждане (в 2024–2025 году 26 человек, в

2025–2026 — 19 человек). Реализацию Программы осуществляли специалисты Психологической службы лицея (педагоги-психологи), социальный педагог, классные руководители, администрация лицея. Для реализации мероприятий Программы также были привлечены представители родительской общественности, духовенства, правоохранительных органов, социальных и медицинских служб города.

### Описание проблемной ситуации, на решение которой направлена программа

Сегодня в нашей стране, в условиях масштабной миграции населения, большое количество детей иностранных граждан могут испытывать не только затруднения социально-психологической адаптации в новых условиях проживания и обучения, но и, сталкиваясь с новой культурой, нормами и ценностями, переживать когнитивный диссонанс, серьезные внутренние конфликты, сопровождающиеся страхами, агрессией, тревожностью. Такие переживания и состояния, в свою очередь, могут стать причиной напряжения и конфликтов в контактных группах, в том числе в школьных коллективах. Именно поэтому в школах внимание специалистов должно быть обращено на помощь данной категории обучающихся во вхождении их в новую социальную среду, в установлении ими новых коммуникативных и эмоциональных связей. Основной задачей школьного психолога, социального педагога и классного руководителя становится коррекция негативных социальных представлений, поведения и переживаний обучающихся, развитие у них социально-психологических компетенций, необходимых для более безопасного и конструктивного приспособления.

**Актуальность темы** состоит в необходимости эффективного решения проблем обучения, воспитания и развития детей иностранных граждан, развития психологически благополучной личности обучающихся. В связи с чем данная программа направлена на поддержку их ресурсного потенциала, составляющего основу выбора форм поведения в различных обстоятельствах, формирующего устойчивость к воздействию неблагоприятных условий их жизнедеятельности, способствующего саморегуляции эмоциональных состояний, личностных переживаний, особенностей поведения в трудных ситуациях, в том числе в условиях адаптации.

Содержание программы разработано в соответствии с концепцией субъектного развития, реализуемой в рамках инновационной деятельности лицея, в основу которой заложена идея ценности саморазвития. Реализация данной программы позволяет решать ключевые задачи в процессе формирования личности ребенка-иностранца и способствует формированию у него следующих умений и способностей:

- осознание собственных личностных особенностей;
- умение адекватно оценивать себя в различных ситуациях взаимодействия с окружающим миром, с другими людьми в новых условиях проживания и обучения;
- расширение поведенческого репертуара в различных областях его жизнедеятельности;
- способность конструктивно преодолевать кризисные периоды собственной адаптации;
- развитие навыков конструктивного поведения и общения;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- развитие навыков личностной рефлексии;
- успешная адаптация в социуме;
- ответственное осознанное отношение к собственному саморазвитию, личностному росту.

Таким образом, прохождение данной программы обеспечивает получение обучающимся важного психологического знания о себе, об окружающих, освоение им новых ролевых функций в новой среде. Это делает социализацию ребенка-иностранца более безопасной и конструктивной, так как он становится субъектом собственного выбора и ориентируется на собственные ресурсы.

### Цель и задачи программы

**Целью** данной программы является развитие адаптационного потенциала, обучающегося посредством развития у него субъектных качеств личности.

**Задачи** программы:

- психолого-педагогическая поддержка детей иностранных граждан на всех этапах адаптации;
- развитие у них навыков самоанализа, навыков социальной перцепции;
- формирование навыков сотрудничества, преодоления межличностных конфликтов;
- расширение представления о возможностях самореализации, развитие навыков самопрезентации;
- формирование положительного психологического климата в классных коллективах с упором на профилактику реакций отвержения или изоляции;
- профилактика у обучающихся негативных эмоциональных переживаний и острых стрессовых состояний;
- развитие навыков саморегуляции;
- коррекция негативных, деструктивных социальных установок, ценностно-нормативных позиций, ценностно-смысловых ориентаций обучающихся.

**Целевая аудитория**

Данная программа предназначена для детей иностранных граждан, нуждающихся в особом внимании в связи со сменой места жительства, оказавшихся в новых условиях проживания и обучения, столкнувшихся с новой культурой, нормами и ценностями.

**Научно-методическое обеспечение программы:**

Методологическую часть программы составляют труды ученых по субъектности (Анцыферова Л.И., Брушлинский А.В., Петровский А.В., Петровский В.А., Слободчиков В.И., Тырсиков Д.В., Швалева Н.М. и др.), периодизации личности, кризисным этапам формирования личности, ведущей деятельности и новообразований на каждом возрастном этапе (Леонтьев А.Н., Эриксон Э., Божович Л.И., Рогожникова С.М., Прохорова Н.Л., Выготский Л.С., Холл С., Кречмер Э., Левин К., Гезелл А. и др.), по проблеме психологического здоровья (Братусь Б.С., Бурно М.Е., Короленко Ц.П., Донских Т.А., Личко А.Е., Мехтиханова Н.Н. и др.),а также методические рекомендации по проведению программы психолого-педагогического сопровождения процессов обучения, социальной, языковой и культурной адаптации детей иностранных граждан (Хухлаева О.Е., Чибисова М.Ю., Ткаченко Н.В.).

Методическая часть программы основывается на аналитике опыта исследования субъектности школьника, психологии развивающей среды, психологической безопасности среды, а также устойчивости школьника в ситуации неопределенности, разработанных авторским коллективом МБОУ лицея №15 г. Пятигорска: Методические рекомендации. Становление психологически здоровой личности школьника: субъектный подход / под ред. Н.М. Швалевой, Л.В. Пищулиной. Пятигорск, 2022 г.; Швалева Н.М., Чотчаева М.Ю., Воронкина Л.Б., Ажахметова А.И., Пищулина Л.В. Устойчивость школьника в ситуациях неопределенности: психолого-педагогические технологии развитии (методические рекомендации). Пятигорск — Ессентуки, 2024 г. и др.

**Этапы и алгоритм реализации программы:**

Комплексный характер программы заключается в реализации системы психолого-педагогических мер и включает в себя работу по следующим направлениям:

1. Диагностическая деятельность.
2. Коррекционно-развивающая деятельность.
3. Профилактико-просветительская деятельность.

В рамках каждого направления осуществляется сотрудничество школьного психолога, классного руководителя и социального педагога, реализуется широкий спектр форм и методов работы.

1. В рамках *диагностической деятельности* осуществляется диагностика актуального психоэмоционального состояния обучающихся, характера их самоотношения и самооценки, уровня адаптации, социометрического статуса, характера межличностных отношений.

С этой целью используются следующие стандартизированные методики:

- Характерологический опросник личности (Методика Н. Айзенка, модификация Т.В. Матолиной);
- Методика исследования самоотношения «МИС» (Пантелеев С.Р.);
- Методика экспресс-диагностики характерологических особенностей личности (К. Леонгард);
- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса;
- Методика «Шкала тревожности» (Кондаш);
- Тест фрустрационных реакций Розенцвейга;
- Методика «Два домика»;
- Методика «Паровозик»;
- Методика «Лесенка»;
- Анкета «Мое отношение к школе» (Н.Г. Лусканова);
- Адаптация личности к новой социокультурной среде (тест Л.В. Янковского);
- Тест Лири;
- Методика удовлетворенности учащихся школьной жизнью (А.А. Андреев).

Также применяются методы беседы, наблюдения, профилактические собеседования с классными руководителями. Для классных руководителей разработан Алгоритм ведения поддерживающей беседы с детьми и родителями в кризисных ситуациях, разработаны и реализованы Рекомендации классным руководителям по диагностике признаков кризисного состояния обучающихся и по профилактике деструктивного поведения, которыми они пользуются в осуществлении психолого-педагогического сопровождения обучающихся. Ежегодно осуществляется мониторинг личностного и социально-психологического развития школьников.

2. В рамках *коррекционно-развивающей работы* разработаны тренинговые программы для обучающихся 1–11-х классов.

Для обучающихся 7–9 лет реализуется отдельный блок развивающих занятий по адаптации вновь прибывших детей-иностранцев.

**Тематический план**

| № п/п | Тема занятия | Часы |
|---|---|---|
| 1. | «Знакомство. Введение в мир психологии» | 1 |
| 2. | «Каждый из нас привлекателен по-своему» | 2 |
| 3. | «Комплимент» | 1 |
| 4. | «Я и ТЫ — это МЫ» | 1 |
| 5. | «Наша группа» | 2 |
| 6. | «Маски». Волшебные средства понимания» | 2 |
| 7. | «Какой Я? Какой Ты?» | 1 |
| 8. | «Радость можно передать прикосновением» | 2 |
| | ВСЕГО ЧАСОВ | 12 |

Тренинговая программа для обучающихся 10–17 лет включает в себя 3 блока развивающих занятий:

1блок — развитие коммуникативной компетентности;

2 блок — развитие рефлексивных навыков;

3 блок — развитие навыков стрессоустойчивого поведения.

Целью данной работы является повышение психологической компетентности обучающихся; приобретение ими навыков эффективного поведения. Реализуется программа в соответствии с утвержденным тематическим планированием.

**Тематический план**

| № п/п | Тема занятия | Часы |
|---|---|---|
| 1. | Общение в жизни человека | 1 |
| 2. | Сотрудничество — залог успешного взаимодействия | 3 |
| 3. | «Ты и я — мы похожи. Ты и я — мы разные» | 4 |
| 4. | Мое Я | 5 |
| 5. | Самопознание — путь к устойчивости личности | 2 |
| 6. | Общение и уважение | 4 |
| 7. | Мой внутренний мир | 2 |
| 8. | Моя точка опоры | 2 |
| 9. | «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!» | 1 |
| | ВСЕГО ЧАСОВ | 24 |

3.

В рамках *профилактико-просветительской деятельности* разработан цикл классных часов, групповых бесед, выступлений на родительских собраниях, направленных на повышение коммуникативной компетентности всех субъектов образовательного процесса в вопросах сопровождения обучающихся. Тематика выступлений и бесед включает в себя знакомство обучающихся с культуральными и национальными особенностями друг друга, обсуждение особенностей освоения норм и правил поведения в новом социокультурном обществе.

Обязательным мероприятием Программы является Заседание городского круглого стола «Счастливый ребенок: современный взгляд из настоящего в будущее (правовая, психолого-педагогическая, медико-социальная и духовная поддержка школьников)». Данное мероприятие включает в себя просветительские беседы с обучающимися, направленные на принятие правил и норм поведения в российском обществе, на формирование у обучающихся правового сознания, на приобщение обучающихся — иностранных граждан к российским духовно-нравственным ценностям, на профилактику риска правонарушений как со стороны самих детей-иностранцев, так и в отношении них. В заседании принимают участие священнослужители кафедрального собора города, представители Управления образования города, Управления социальной поддержки населения, медицинских учреждений (наркологический диспансер), инспекторы правоохранительных органов.

Отдельное внимание уделено проведению ежегодного профилактико-просветительского мероприятия Неделя психологии. Данное мероприятие направлено на создание атмосферы сотрудничества и взаимодействия в лицее, на включение семей иностранных граждан во внутришкольную деятельность, на установление обучающимися более широких коммуникативных связей. В рамках Недели психологии проходят дни национальной культуры, проводятся челленджи, в которых школьники делятся своими достижениями, любимыми увлечениями, историями своих семей, в рамках творческих заданий все дети класса вместе с родителями готовят творческие проекты. Такие мероприятия способствуют снижению тревожности у обучающихся, помогают лицеистам лучше узнать друг друга и уменьшить риск изоляции. Это в значительной степени способствует не только повышению психического ресурса и адаптационного потенциала личности у детей иностранных граждан и их семей, но и способствует развитию толерантного отношения у других обучающихся, родителей, педагогов, так как мы рассматриваем процесс адаптации как двусторонний процесс взаимодействия личности и коллектива.

Таким образом, данная программа основывается на принципах системности, комплексности и интегративности в организации сопровождения детей иностранных граждан. Формирование навыков социально-психологической адаптации обучающихся включает в себя работу с их субъектной ресурсностью, доминирующими переживаниями, работу по повышению у них социальной активности и интереса при вхождении в новую образовательную и культурную среду, работу по формированию позитивных социальных установок у обучающихся и в школьных группах.

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

- благоприятный психологический климат в детском коллективе;
- уменьшение факторов риска, которые приводят к нарушению психологического здоровья детей иностранных граждан;
- улучшение психоэмоционального самочувствия ребенка;
- осознание собственной индивидуальности, принятие себя как личности, субъекта деятельности, умеющего работать над своими недостатками;
- развитие умения адекватно оценивать себя в различных ситуациях взаимодействия с окружающим миром, с другими людьми в новых условиях проживания и обучения;
- повышение толерантности по отношению к окружающим;
- развитие способности конструктивно преодолевать кризисные периоды собственной адаптации;
- умение вырабатывать иммунитет на внешние негативные воздействия;
- стабилизация эмоционального состояния и контроль собственного поведения адекватно ситуации;
- развитие навыков конструктивного поведения и общения;
- развитие творческого и субъектного потенциала школьников;
- расширение социального взаимодействия обучающихся и их семей с другими детьми, родителями, педагогами.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2353**

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие жизнестойкости подростков «Я смогу!»

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Тыкман Иляна Равильевна,*** *педагог-психолог отдела профилактики рискованного поведения несовершеннолетних и организации СПТ ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо», г. Полевской*

***Шинкун Елена Валентиновна****, методист отдела профилактики рискованного поведения несовершеннолетних и организации СПТ ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо», г. Полевской*

Необходимость реализации данной программы обусловлена тем, что современная российская реальность для подростков нередко вызывает стресс. Неготовность к изменениям и возрастающим требованиям, низкая жизнестойкость может приводит к риску их средовой дезадаптации в сферах образовательной, семейной и свободного общения. Неразвитая жизнестойкость влечет возникновение негативных зависимостей, которые основаны на социальной «беспомощности», отсутствии устойчивой системы личностных ценностей, ухудшении здоровья, потребительского поведения характерных для современных подростков. Жизнестойкость позволяет сформировать навыки саморегуляции, переходящей в самоконтроль и устойчивость к зависимостям.

К общим качествам жизнестойкости подростков относятся: уверенность в себе, высокая адаптивность, независимость, стремление к достижениям, ограниченность контактов. Навыки саморегуляции, которые постепенно начинают управлять смыслами самоконтроля, в подростковый период выходят на первый план. Жизнестойкий подросток имеет высокий уровень самооценки и самоуважения, убежден в своей эффективности, проявляет смелость в социальных контактах, имеет адекватную самооценку, знает свои достоинства и недостатки, верит в себя и свои возможности достичь поставленных целей, умеет преодолевать свой страх, негативные эмоциональные состояния, имеет репертуар уверенного поведения.

Современные подростки большую часть своего времени уделяют социальным сетям, компьютерным играм и другим мультимедиа. Искусственное пространство стимулирует желания развлекательного характера и быстрое получение удовольствия. Виртуальный мир более желанен для подростков, чем реальный, в котором им реализовать себя гораздо сложнее, где есть страх неудачи и осуждения со стороны взрослых. Мир вымысла влияет и на сознание подростков, создавая неадекватные реальному миру смыслы, формируя потребительские ценности. Так как мыслепорождение направлено на устранение внутренних конфликтов и противоречий, восстановления равновесия в трудной ситуации, то адаптивность и психологическая устойчивость личности снижаются.

Исследования показывают взаимосвязь жизнестойкости с такими ценностно-смысловыми образованиями, как позитивное отношение к себе, социальная ответственность и направленность, мотивация на успех. Ряд психологов указывает субъектность и творческие формы рефлексии как ведущие силы самосовершенствования человека, а также принятия ответственности за собственную жизнь. Активное отношение к себе, к своей деятельности способствует поиску лучших способов ее осуществления, принятию рисков и формированию адекватной оценки подростков.

«Субъектность» близка по отношению к жизнестойкости, он выражается в сознательной реализации личностного потенциала, накопленного опыта, ориентации на преобразующую деятельность. Для решения стрессовых задач, подросток с развитой субъектностью выберет путь личностного развития, который будет способствовать росту его внутреннего ресурса.

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Описание проблемной ситуации

И старшим и младшим подросткам свойственно проявлять конформную установку по отношению к группе, поиск сильного лидера, полизависимость и гиперответственность.

Младшие подростки не уверены в выборе деятельности, не имеют чувства собственной предназначенности, испытывают отчужденность, механизм отрицания является доминирующим. Они также не стремятся к самораскрытию и самовыражению. Испытывают страх при необходимости что-то спросить или попросить, не умеют ответить на необоснованно предъявляемую просьбу или требование, зажаты, не уверены в своих мыслях и действиях, следовательно, мысли не высказываются, действия не производятся, потребности фрустрированы.

Старшие подростки выражают конструктивное самоутверждение, умеют решать проблемы, склонны к обоснованному риску при проявлении творчества или своих способностей. Психологические защиты используют, чаще зрелые, к примеру, идентификацию.

Занятия программы позволяют развить основные психические сферы личности подростка:

- познавательную (развитие рационального мышления, навыка целеполагания и планирования действий, умения находить когнитивные ошибки, формирование стиля объяснять свои успехи и неудачи);
- эмоционально — волевую (умение создать позитивный эмоциональный фон, проявлять спокойствие и уравновешенность, уметь преодолевать страхи и тревожность);
- коммуникативную (активное слушание, адекватное реагирование на критику, отказы и просьбы, навыков конструктивного взаимодействия, ведения переговоров, уверенного и твердого отказа, умения противостоять давлению);
- эмоционально — потребностную (освоение техник самопознания и саморазвития, Я-концепции, самооценки, самоценности, субъективного управления).

Программа позволяет развить у подростков:

- эффективные стили мышления;
- уверенное поведение;
- навыки эффективной коммуникации;
- навыки саморегуляции.

Вид/направленность программы: программа является развивающей психолого — педагогической и направлена на развитие жизнестойкости, развитие личностных ресурсов, системы убеждений и ценностно — смысловых установок, а также профилактику дезадаптивного поведения подростков.

Программа может быть реализована на следующих уровнях образования: в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, а также по дополнительным общеразвивающим программам.

В соответствии с Методическими рекомендациями по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях, утвержденных распоряжением Минпросвещения России от 28.12.2020 № Р -193 «Об утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях» целевой аудиторией являются:

1. Нормотипичные дети и подростки с нормативным кризисом взросления). Данная категория детей и подростков составляет большинство обучающихся в общеобразовательных организациях. Они могут испытывать трудности в общении со сверстниками, сложности в адаптации к жизненным трудностям, трудности принятии решений, трудности адаптации к изменяющимся условиям жизни и другие;
2. Дети, испытывающие трудности в обучении. Для данной категории детей характерны трудности в сфере освоения универсальных учебных действий, проблемы в общении со сверстниками и учителями, трудности в сфере адаптации.

3. Уязвимые категории детей:

Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации:

Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей. Такие дети часто имеют негативный социальный опыт, испытывают трудности в сфере освоения универсальных учебных действий (с трудом понимают материал, не имеют мотивации к учению, не развиты навыки самоконтроля, имеют низкий уровень познавательной активности), испытывают трудности при коммуникации с другими людьми, часто подозрительны, боязливы, склонны к самоизоляции, сталкиваются со сложностями социальной адаптации: тревожны, конфликтны, эмоционально незрелы, имеют поведенческие проблемы, протестность по отношению ко взрослым и детям, которые воспитываются в семьях.

Дети с отклоняющимся поведением (девиантное поведение детей и подростков, суицидальное поведение детей и подростков). Такие дети не критичны к своему поведению, имеют конфликтные отношения в школе и со своими родителями, имеют риск социально — психологической дезадаптации, проявляют негативизм, могут состоять в асоциальных группах, могут иметь проблемы с законом, утрачивают учебную мотивацию.

Программа направлена на развитие жизнестойкости, умения преодолевать трудности конструктивным путем у обучающихся, относящихся к перечисленным выше целевым группам, преодоление трудностей в коммуникативной сфере, в социальной адаптации.

**1.2. Отличительные особенности программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Я смогу!» ориентирована на детей подросткового возраста.

Особенность данной программы заключается в том, что подростки развивают целый комплекс универсальных навыков, способствующих не только эффективному преодолению стресса и возникающих на жизненном пути трудностей, но дающих возможность дальнейшей успешной самореализации.

Подростки учатся понимать себя, свои сильные и слабые стороны, справляться с сомнениями, брать ответственность на себя, снижать тревожность и не теряться в трудных ситуациях, развивать самоэффективность.

Развитые социальные навыки позволяют подросткам контролировать импульсы, уметь слушать собеседника и проявлять поведение, которое способствует дружбе и уважительному общению с окружающими людьми.

В сложный подростковый период, когда изменения в организме приводит к изменениям в нервной системе и гормональным перепадам важна развитая способность управлять своими эмоциями, вниманием и поведением.

Все эти навыки позволять сформировать фрустрационную устойчивость и успешно справляться с трудностями повседневной жизни.

**1.3. Цель и задачи программы**

Основной целью программы является развитие жизнестойкости подростков.

**Задачи программы**:

1. Развитие эффективных стилей мышления и копинг-стратегий.
2. Определение оптимального индивидуального стиля деятельности.
3. Формирование уверенного поведения и позитивного мышления.
4. Обучение способам саморегуляции и сохранения собственного здоровья.

**1.4. Контингент участвующих в освоении программы**

Программа рассчитана на детей младшего и старшего подросткового возраста.

**1.5. Продолжительность программы**

Полный курс программы рассчитан на 18 занятий (2–4 месяца в зависимости от периодичности проведения) на 36 часов. Каждое занятие длительностью 2 академических часа. Периодичность проведения 1–2 раза в неделю.

**1.6. Планируемые результаты**

По итогам освоения курса программы «Я смогу!» станет возможно достижение участниками следующих результатов:

- положительной динамики в развитии жизнестойкости;
- повышения самооценки,
- развития навыков уверенного поведения,
- обогащения репертуара коммуникативных навыков и умений,
- освоения навыков саморегуляции подростков.

**1.7. Система оценки достижения планируемых результатов**

Оценка осуществляется с помощью сравнения результатов входного и итогового тестирования участников программы.

1. Входное тестирование — первое занятие;
2. Итоговое тестирование — последнее занятие.

Контроль осуществляется на первом занятии и по завершении цикла на последнем занятии.

Для оценки эффективность прохождения программы на этапах входной и итоговой диагностики с используются:

1) Тест жизнестойкости (автор С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой);
2) Шкала удовлетворенности жизнью SWLS (E. Diener et Al, адаптация Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев);
3) Анкета оценки нервно-психической устойчивости Прогноз — 2 (В.Ю. Рыбников);
4) Шкала Я -концепции для детей (Piers — Harris Childrenes Self-Cocept Scale, адаптация А.М. Прихожан).

Эффективность измеряется по положительной динамике показателей входной и итоговой диагностики.

## 2. Структура и содержание программы.

Программа поделена на 5 разделов (4 тематических и 1 итоговый), 16 занятий по 2 академических часа.

| Дата начала обучения | Дата окончания обучения | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|---|---|---|---|---|---|
| В течение всего календарного года по мере поступления заявок/ комплектовании группы | Через восемь недель после начала обучения | 8 | 16 | 32 | 2 раза в неделю |

| № п/п | Название раздела, темы | Количество времени | | | Форма аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | «Будем знакомы» Входная диагностика. | 2 | 0,25 | 0,75 | Диагностическое обследование |
| 2 | «Что я знаю о себе?» | 2 | 0,25 | 0,75 | наблюдение, рефлексия |
| 3 | «Надо справляться!» | 4 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. рефлексия |
| 4 | «Справляюсь, как умею» | 4 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 5 | «Не быть жертвой» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 6 | «Самоценность» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 7 | «Самооценка. | 2 | 0,25 | 0,75 | наблюдение, рефлексия |
| 8 | Уверенное поведение» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 9 | «Беру ответственность на себя» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 10 | «Планирую, управляю» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 11 | «Мыслим позитивно» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 12 | «Навыки коммуникации» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 13 | «Поведение в конфликтной ситуации» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 14 | ««Психологическая саморегуляция» | 2 | 0,25 | 0,75 | Наблюдение, рефлексия |
| 15 | «Влияние ЗОЖ на психологическое состояние человека» | 2 | 0,25 | 0,75 | Выполнение творческого задания |
| 16 | Заключительное занятие. Рефлексия» Итоговая диагностика | 2 | 0,25 | 0,75 | Диагностическое обследование |
| | Итого: | **36** | **9** | **27** | |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2354**

# Развивающая психолого-педагогическая программа «Умею обобщать»

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Шумилова Ирина Алексеевна,*** *педагог-психолог ГБОУ СОШ №585 Кировского района, г. Санкт-Петербург*

Психолого-педагогическая программа «Умею обобщать» представляет собой систему интеллектуально-развивающих занятий для детей в возрасте от 7 до 9 лет (2-й класс общеобразовательной школы). Основная цель программы — формирование процесса обобщения, в том числе у детей с недостаточным (низким и очень низким) уровнем развития словесно-логического мышления. Программа предназначена как для нормотипических детей, так и для детей, испытывающих трудности в обучении. Программа рассчитана на 22 занятия. Составной частью программы является рабочая тетрадь «Альбом логических заданий».

Научной основой программы являются исследования отечественной психологической науки и педагогической практики в области изучения закономерностей развития мышления в младшем школьном возрасте: Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Е.П. Ильина, Л.А. Ясюковой.

Программа «Умею обобщать» направлена на решение средствами образовательного процесса значимой возрастной задачи, приходящейся на возраст 7–8 лет: осуществления перехода от актуального уровня развития наглядно-образного мышления к словесно-логическому. Преодоление имеющегося разрыва, который для большой группы учащихся 1–2 классов становится актуальной проблемой уже в течение первого года обучения, разработчиком программы предлагается за счет формирования процесса обобщения. Для этого используется комплекс психолого-педагогических инструментов: опора в проектировании педагогических стратегий на закономерности развития словесно-логического мышления у детей в сенситивный период 7–8 лет, интеграция психологической развивающей работы с содержанием учебной программы 2 класса, сотрудничество взрослого и ребенка в пространстве рабочей тетради «Альбом логических заданий».

Психолого-педагогическая «Умею обобщать» способствует не только успешной адаптации младших школьников к учебной деятельности, но и является пропедевтической: формирует базу для становления понятийного мышления, повышает качество усвоения учебного материала и способствует формированию универсальных учебных действий.

Мышление — это творческий, познавательный процесс, обобщенно и опосредованно отражающий отношения предметов и явлений, законы объективного мира. Хорошее логическое мышление развивает способность рассуждать. В учении и в жизни устойчивый успех только у того, кто делает точные выводы, действует разумно, мыслит последовательно, рассуждает непротиворечиво. Основными логическими приемами формирования понятий являются анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, классификация. Мышление по правилам — логическое — лежит в основе решения математических, грамматических, физических и многих других видов задач, с которыми дети сталкиваются в школе. Вместе с тем верно и то, что сами эти задачи выступают условием развития такого мышления. Решить многие проблемы мышления школьников помогает учебная задача, которая существенно отличается от многообразия частных задач.

**Направленность программы: развивающая.** Направлена на раскрытие интеллектуально-личностного потенциала обучающихся (когнитивных ресурсов), формирование процесса обобщения, в том числе у детей с низким и очень низким уровнем развития словесно-логического мышления, независимо от того, испытывают ли они трудности в процессе обучения.

Программа «Умею обобщать» представляет систему интеллектуально-развивающих занятий для детей в возрасте от 7 до 9 лет (2-й класс общеобразовательной школы, начальный уровень образования).

**Целевые группы:**

1. Норма (нормотипические дети)
2. Дети, испытывающие трудности в обучении. Прежде всего- дети, испытывающие трудности в сфере освоения универсальных учебных действий.

Для зачисления детей на занятия по программе определяющим является очень низкий/ низкий/ ниже среднего уровень развития словесно-логического мышления у всех или большей части детей в группе. При занятиях целиком с классом такого ограничения нет.

Программа «Умею обобщать» направлена на решение средствами образовательного процесса значимой возрастной задачи, приходящейся на возраст 7–8 лет: осуществление перехода от актуального развития наглядно-образного мышления к словесно-логическому. Преодоление имеющегося разрыва, который для большой группы учащихся 1–2 классов становится актуальной проблемой уже в течение первого года обучения, разработчиком программы предлагается за счет формирования процесса обобщения. Для этого используется комплекс психолого-педагогических инструментов: опора в проектировании педагогических стратегий на закономерности развития словесно-логического мышления у детей в сенситивный период 7–8 лет, интеграция психологической развивающей работы с содержанием учебной программы 2 класса, сотрудничество взрослого и ребенка в пространстве рабочей тетради «Альбом логических заданий».

Психолого-педагогическая «Умею обобщать» способствует не только успешной адаптации младших школьников к учебной деятельности, но и является пропедевтической: формирует базу для становления понятийного мышления, повышает качество усвоения учебного материала и способствует формированию универсальных учебных действий.

Формирование процесса обобщения на занятиях происходит в максимально сенситивном к формированию данного процесса возрасте — 8 лет, 2-й класс общеобразовательной школы. Не рекомендуется проводить данную программу в более раннем возрасте, ввиду того, что уровень сложности заданий превышает возможности первоклассников и, тем более, дошкольников. Занятия могут проводиться с детьми 3–4 класса, испытывающих трудности в обучении, если психологическая диагностика покажет у них низкий уровень развития словесно-логического мышления и несформированность процесса обобщения.

Форма занятий: групповая (желательно до 15 детей в группе, чтобы каждый ребенок мог высказаться на занятии). Допускается проводить занятия со всем классом или в группе больше 15-ти человек, в этом случае эффект от занятий будет менее выражен.

Для нормотипических детей и для детей, испытывающих трудности в обучении, программа носит развивающий характер, способствуя освоению универсальных учебных действий.

Под познавательным развитием личности понимается формирование у учащихся научной картины мира, развитие способности управлять своей познавательной и интеллектуальной деятельностью, овладение методологией познания, стратегиями и способами познания и учения, развитие репрезентативного, символического, логического и творческого мышления, продуктивного воображения, произвольных внимания и памяти, рефлексии.

**Актуальность** программы «Умею обобщать» связана с тем, что:

- Структура занятий построена таким образом, что при реализации программы происходит целенаправленное формирование процесса обобщения;
- Уровень развития словесно-логического мышления и, в частности, сформированность процесса обобщения тесно связаны с успешностью освоения познавательных универсальных учебных действий;
- Содержание программы соответствует темам, которые изучаются во 2 классе общеобразовательной школы (предмет, признаки предмета);

- Проводить занятия может как педагог-психолог, так и учитель начальных классов. Большинство упражнений сопровождаются подробными методическими рекомендациями для педагога по их выполнению.

**Цель программы** — формирование процесса обобщения у обучающихся.

Система занятий по программе «Умею обобщать» позволяет решать следующие задачи.

Познавательные задачи:

- формирование системы знаний о предметах и их признаках;
- расширение кругозора детей; увеличение активного словарного запаса.

Развивающие задачи:

- создать условия для развития мышления в ходе усвоения таких приемов мыслительной деятельности, как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, выделять главное, доказывать и опровергать, делать умозаключения.

Воспитательные задачи:

- повышение учебной мотивации;
- приобретение опыта конструктивного межличностного общения в ходе групповой работы.

Программа рассчитана на 22 занятия (включает 10 тем, а также начальную и заключительную диагностику). Проводится 1 раз в неделю, длительность одного занятия 45 минут.

**Ожидаемые результаты:**

- Умение выделять существенные признаки предметов и явлений;
- Умение сравнивать предметы по заданному свойству;
- Навыки классификации и обобщения;
- Формирование простых понятий и умение оперировать ими:
- Развитие логического мышления и умения делать выводы;
- Повышение учебной мотивации и самостоятельности.

Любовь к творчеству — психологическая особенность детей младшего школьного возраста, и данная программа развивает творческое мышление, воображение и познавательную активность детей. Создавая условия для активного получения новых знаний, программа повышает уровень учебной мотивации у детей. На занятиях поощряется ведение дискуссий, аргументированное высказывание собственного мнения. В ходе занятий используются специальные технологии для актуализации, получения и закрепления знаний (метод мозгового штурма, приемы теории решения изобретательских задач, опережающего обучения). В игровой и увлекательной форме дети учатся анализировать, сравнивать, проводить аналогии. Программа построена на последовательном развитии процесса обобщения. В ходе каждого занятия детям предлагаются задания, направленные на развитие познавательных процессов — внимания, памяти, мышления. Материал занятий и форма проведения (преимущественно игровая) способствуют повышению учебной мотивации.

Новизна данной программы заключается в ее структурной организации. Развитие познавательных процессов происходит в ходе последовательного изучения десяти тем, логически идущих друг за другом. Материал упражнений усложняется по нарастающей, по мере освоения программы.

**Учебно-тематическое планирование.**

| № п/п | Тема | Количество ак. часов |
|---|---|---|
| 1 | Стартовая диагностика | 1 |
| 2 | Признаки предмета | 2 |
| 3 | Сочетание признаков | 2 |
| 4 | Предмет как часть системы | 2 |
| 5 | Функция предмета | 2 |
| 6 | Описание предмета | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| 7 | Существенные признаки | 2 |
| 8 | Сравнение предметов по признакам | 2 |
| 9 | Сравнение по аналогии | 2 |
| 10 | Классификация предметов | 2 |
| 11 | Обобщение | 2 |
| 12 | Заключительная диагностика | 1 |
| | Всего | 22 |

**Практическая значимость**

Программа способствует успешной адаптации младших школьников к учебной деятельности, формирует базу для дальнейшего развития мышления и учебных умений. Развитие понятийного мышления повышает качество усвоения учебного материала и способствует формированию универсальных учебных действий.

Так как развитие мышления — долгий процесс, влияние занятий по программе в редких случаях быстро сказывается на улучшении показателей обучения (занятия имеют пролонгированный эффект, и не сразу приводят к улучшению успеваемости).

**Теоретическое обоснование программы.**

Проблемами развития и закономерностей развития мышления детей младшего школьного возраста занимались многие психологи: Ж. Пиаже, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, П.И. Зинченко, Л.А. Ясюкова и другие.

Особенно актуальна проблема развития словесно-логического мышления, так как именно в младшем школьном возрасте наблюдается переход от преобладания в деятельности наглядно-образного к словесно-логическому, а также качественный скачок в развитии самого словесно-логического мышления: формирование процесса обобщения. В этот период совершается переход к понятийному мышлению, основу которого составляет оперирование понятиями. Переход к этой новой форме мышления связан с изменением его содержания: теперь это уже не конкретные представления, имеющие наглядную основу и отражающие внешние признаки предметов, а понятия, отражающие наиболее существенные свойства предметов и явлений и соотношения между ними.

Как отмечает С.Л. Рубинштейн: «Примерно к 11 годам, по данным Ж. Пиаже и Т.Ормана, дети начинают осознавать умозаключения не только по их содержанию, но и по их форме. Обобщенность, основанная на выделении существенной связи».

В процессе обучения закладываются основы теоретического (словесно-логического) мышления, формируются учебные (научные) понятия, мышление приобретает абстрактный и обобщенный характер, складывается новый тип мышления. У детей младшего школьного возраста активно развиваются все базовые мыслительные операции: синтез, сравнение, анализ, обобщение и абстракция. Обучение строится таким образом, чтобы младшим школьников усваивались не только отдельные знания, умения и навыки, а также способность к их обобщению, но и происходило формирование интеллектуальных операций. «Требуется особый процесс для возникновения понятийного мышления. И это есть процесс систематического обучения».

О роли недостаточного уровня формирования понятийного мышления как одной из основных причин трудностей в обучении пишет известная психолог, научный руководитель центра «Диагностика и развитие способностей» Л.А. Ясюкова. В том числе — о необходимости специальных развивающих модулей, включенных в преподавание на уровне начальной школы.

Таким образом, программа, целенаправленно предназначенная для формирования операции обобщения у учеников с недостаточным для успешного освоения общеобразовательной программы уровнем развития словесно-логического мышления, может служить профилактическим барьером для трудностей в обучении не только на уровне начальной школы, а и средней.

Для оценки эффективности работы по программе была использована методика исследования словесно-логического мышления Э.Ф. Замбацявичене в адаптации Переслени.

**Критерии достижения планируемых результатов.**

- Сравнение результатов начальной и заключительной диагностики уровня развития словесно-логического мышления;
- Оценка педагога — учителя начальной школы — изменений личностных качеств отдельных учеников: любознательности, активности работы на уроке, умения работать в группе, оценивать результаты своей работы;
- Снижение количества обучающихся в классе с трудностями в обучении;
- Улучшение успеваемости (в краткосрочной и долгосрочной перспективе);
- Улучшение качества выполнения домашних заданий.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2352**

# Образовательные (просветительские) психолого-педагогические программы

## Программа в рамках родительского клуба «Школа родителей. Раннее развитие»

**I место**

### Авторы — победители Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Власова Наталья Михайловна,*** *педагог-психолог КОУ «Ханты-Мансийская школа для обучающихся с ОВЗ»*

***Дубенцова Юлия Валерьевна,*** *педагог-психолог первой квалификационной категории КОУ «Ханты-Мансийская школа для обучающихся с ОВЗ»*

***Егорова Алена Викторовна,*** *учитель-дефектолог КОУ «Ханты-Мансийская школа для обучающихся с ОВЗ»*

Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа «Школа родителей. Раннее развитие» адресована родителям (законным представителям) детей раннего возраста (0–3 лет) и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), в частности с интеллектуальными нарушениями. Программа призвана стать надежной опорой для семей, которые сталкиваются с тревогой, информационным дефицитом и недостатком практических навыков в вопросах воспитания и абилитации ребенка.

Курс состоит из 12 структурированных занятий и построен на комплексном подходе, который объединяет образовательный, практический и психологический компоненты. В рамках встреч родители изучают ключевые аспекты раннего развития, учатся выстраивать надежную привязанность, получают инструменты для профилактики родительского выгорания и стресса. Особое внимание уделяется освоению практических приемов для развития сенсорики, крупной и мелкой моторики, эмоционального интеллекта, социальных навыков и самостоятельности ребенка в домашних условиях.

Ключевой особенностью программы является ее практическая направленность: через мастер-классы, разбор реальных кейсов и ролевые игры родители не просто получают знания, но и формируют устойчивые навыки. Программа способствует созданию единого развивающего пространства «школа-дом» и формированию поддерживающего родительского сообщества.

В результате прохождения программы родители повышают свою психолого-педагогическую компетентность, обретают уверенность в своих силах, снижают уровень тревожности и выстраивают более гармоничные и осознанные отношения с ребенком, создавая оптимальные условия для его развития и социализации.

#### Описание целей и задач программы

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах сопровождения и стимуляции развития детей раннего возраста и детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью с учетом закономерностей последовательного прохождения всех необходимых этапов онтогенетического развития.

**Задачи:**

**Образовательные**:

- Сформировать у родителей представление о закономерностях развития ребенка;
- Ознакомить с особенностями развития детей с умственной отсталостью;
- Обучить методам наблюдения и оценки актуального уровня развития ребенка.

**Практические**:

- Обучить родителей конкретным приемам и методам стимуляции развития ребенка;
- Сформировать навыки создания развивающей среды;
- Научить адаптировать развивающие занятия под индивидуальные потребности ребенка;
- Освоить изготовление простых развивающих материалов и пособий.

**Психологические**:

- Оказать психологическую поддержку родителям;
- Снизить уровень родительской тревожности;
- Сформировать принимающее отношение к ребенку и его особенностям;
- Содействовать формированию родительского сообщества для взаимной поддержки.

В современных социокультурных условиях наблюдается трансформация подходов к образованию и абилитации детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Приоритет смещается от медицинской модели к социальной и психолого-педагогической, в центре которой находится не только ребенок, но и его семья как ключевой институт социализации. Государственная политика, отраженная в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», подчеркивает значимость участия родителей в образовательном процессе. Однако для семей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями, в частности с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, а также детей раннего возраста с рисками развития, это участие сопряжено со значительными трудностями.

**Актуальность разработки** и внедрения данной программы обусловлена рядом противоречий:

1. **Между признанием семьи как ведущего фактора развития ребенка и недостаточной психолого-педагогической компетентностью родителей** в вопросах абилитации, воспитания и создания адекватной развивающей среды. Родители часто испытывают информационный дефицит, фрустрацию, тревогу и чувство беспомощности.
2. **Между необходимостью непрерывного коррекционно-развивающего воздействия и его фактической дискретностью**, ограниченной временем пребывания ребенка в образовательном учреждении. Создание единого образовательного пространства «школа-дом» является критически важным условием эффективности работы.
3. **Между огромным потоком общедоступной информации о «раннем развитии» и отсутствием у родителей инструментов для ее критического анализа** и адаптации к индивидуальным особенностям своего ребенка, что приводит либо к форсированию развития, либо к упущению сензитивных периодов.

**Проблема** заключается в поиске и научном обосновании эффективных форм и методов психолого-педагогической работы, способствующих повышению компетентности родителей в вопросах развития детей с ОВЗ и созданию условий для оптимизации детско-родительских отношений в семьях данной категории.

Реализация психолого-педагогической программы «Школа родителей. Раннее развитие» осуществляется в соответствии с международными конвенциями, федеральным законодательством Российской Федерации, а также региональными и локальными нормативными актами, регламентирующими права детей на образование, развитие и поддержку их семей:

- **Конвенция ООН о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989).**
- **Конвенция ООН о правах инвалидов (принята резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи от 13.12.2006, ратифицирована РФ в 2012 г.).**
- **Конституция Российской Федерации.**
- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».**
- **Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС);**
- **Устав образовательной организации.**

- **Основная образовательная программа (адаптированная) школы.**
- **Локальные нормативные акты и пр.**

Программа соответствует государственной образовательной политике в области защиты прав детей с ОВЗ и поддержки их семей, и является легитимной формой психолого-педагогической деятельности в образовательной организации.

Современное образование детей с особыми образовательными потребностями требует активного вовлечения родителей в коррекционно-развивающий процесс. Особую значимость родительское участие приобретает в контексте работы с детьми раннего возраста и детьми с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Ранний возраст является фундаментальным периодом в развитии человека, когда закладываются основы физического, психического и социального здоровья. Современные родители сталкиваются с огромным потоком информации о раннем развитии, в котором сложно ориентироваться. Часто это приводит к тревожности, завышенным ожиданиям или, наоборот, к упущению важных сензитивных периодов развития ребенка.

Многие родители детей с интеллектуальными нарушениями не обладают достаточными знаниями о закономерностях развития и специфических потребностях своих детей. Они не всегда понимают важность стимуляции на ранних этапах и создания развивающей среды, соответствующей актуальному уровню развития ребенка. Это может приводить к тому, что потенциал развития ребенка не реализуется в полной мере.

Реализация психолого-педагогической программы «Школа родителей. Раннее развитие» будет способствовать значимому повышению уровня родительской компетентности, что проявится в углублении знаний о закономерностях и особенностях развития ребенка, овладении практическими навыками создания развивающей среды и стимуляции развития, снижении уровня родительской тревожности и эмоционального выгорания, гармонизации детско-родительских отношений и формировании принимающей родительской позиции.

**Методологическая и теоретическая основа**

- **Культурно-историческая теория Л.С. Выготского**, в частности его положения о социальной ситуации развития, зоне ближайшего развития и системном строении дефекта, где первичный дефект влечет за собой вторичные отклонения, поддающиеся коррекции через правильно организованное обучение и воспитание.
- **Теория привязанности Дж. Боулби**, раскрывающая фундаментальную потребность ребенка в надежной эмоциональной связи со значимым взрослым как основы для дальнейшего психического и личностного развития.
- **Биогенетический закон Э. Геккеля**, адаптированный к задачам дефектологии, который подчеркивает важность последовательного прохождения всех этапов онтогенеза для полноценного формирования высших психических функций.
- **Теория деятельности А.Н. Леонтьева**, рассматривающая игру как ведущую деятельность ребенка, в которой происходит его основное психическое развитие.
- **Гуманистический и системный подходы в семейной психологии**, рассматривающие семью как целостную систему, где изменения в одном элементе (например, в родительской компетентности) влекут за собой изменения во всей системе.

**Научная новизна и теоретическая значимость**

Новизна программы заключается в комплексном подходе, который объединяет образовательный, практический и психологический компоненты в единой структуре. В отличие от разрозненных консультаций, программа предлагает системный, пролонгированный курс, направленный не только на передачу знаний, но и на формирование устойчивых навыков и трансформацию родительской позиции. Теоретическая значимость состоит в систематизации и адаптации современных психолого-педагогических знаний для конкретной целевой аудитории, а также в разработке модели работы с родителями, которая может быть использована в других образовательных организациях.

### Организация и содержание программы

Программа реализуется на базе школы для детей с интеллектуальными нарушениями и включает 12 занятий, проводимых в каникулярное время для родителей (законных представителей).

### Целевая аудитория

- Родители (законные представители) детей от 0 до 3 лет, детей с интеллектуальными нарушениями любого возраста.
- Родители (законные представители), впервые столкнувшиеся с вопросами раннего развития/ сложностями воспитания ребёнка.

**Длительность и формат проведения:**

**Срок реализации:** 6 месяцев (всего 12 встреч), 8 встреч в каникулярное время (осенние и весенние каникулы), 1 встреча в месяц (ноябрь-февраль). Продолжительность — 1–1,5 часа. Реализация разделов 1 и 3 проходят в каникулярное время, раздел 2 реализуется раз в месяц (мастер-классы).

**Формы встреч:** перед началом проведения встреч возможны индивидуальные консультации с родителями (законными представителями), собеседование перед зачислением на курс программы, анкетирование, основная часть курса проходит в формате очных групповых занятий до 12-ти участников и (по необходимости) онлайн-консультаций (дистанционное консультирование через мессенджеры и родительские сообщества). По итогам прохождения программы родителям предлагается заполнить анкету обратной связи.

### Содержание занятий

Каждое занятие включает вводную позитивную разминку («Новое-хорошее»), основной обучающий блок (информация, упражнения/игры), практическую часть (демонстрация, совместная деятельность), обсуждение домашних заданий. рефлексию («Что беру с собой…») и ритуал завершения встречи.

**Используемые методы и материалы**

- Демонстрация развивающих игр и методик (сенсорные, речевые, двигательные упражнения);
- Арт-терапия, музыкальная терапия, изотерапия;
- Памятки и буклеты (приложение 3);
- Анкетирование, опросы для оценки результата (приложение 2).

**Ожидаемые результаты**

- Рост информированности родителей о возрастных потребностях и особенностях развития ребёнка;
- Развитие навыков ранней диагностики и поддержки ребёнка;
- Рост родительской уверенности в себе, эмоционального благополучия семьи;
- Усиление социального взаимодействия родителей, создание поддерживающего сообщества.

### Учебно-тематический план программы

| № п/п | Наименование раздела и темы | Всего часов | Форма контроля и взаимодействия |
|---|---|---|---|
| **Раздел 1. «Основы раннего развития и родительства»** | | | |
| 1. | Что такое раннее развитие? Ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет. | 1,5 ч. | Мини-лекция, групповая дискуссия, упражнение «Новое-хорошее». |
| 2. | Привязанность — основа всего. Как построить надежные отношения с малышом. | 1,5 ч. | Семинар-практикум, анализ видеофрагментов, обсуждение домашних заданий. |
| 3. | «Держись! Или откуда родителям взять ресурсы?». Профилактика выгорания. | 1,5 ч. | Практикум, обучение техникам релаксации, работа с чек-листом «Забота о себе». |
| 4. | Стрессоустойчивость родителей, забота о себе. Как надеть кислородную маску сначала на себя | 1,5 ч. | Практикум, обучение техникам релаксации, работа с чек-листом «Забота о себе». |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Раздел 2. «Практикум по развитию ребенка»** | | | |
| 5. | Мир на кончиках пальцев. Сенсорное развитие ребенка в домашних условиях. | 1,5 ч. | Мастер-класс, создание сенсорных материалов, анализ выполнения заданий. |
| 6. | Движение — это жизнь. Развитие крупной и мелкой моторики. | 1,5 ч. | Мастер-класс, демонстрация упражнений, активное участие родителей. |
| 7. | Эмоциональный интеллект с пеленок. Учимся понимать и принимать чувства ребенка. | 1,5 ч. | Разбор кейсов, ролевые игры, собеседование по результатам домашнего задания. |
| 8. | Игра — это серьезно! Как играть с ребенком, чтобы это было полезно. | 1,5 ч. | Практикум, демонстрация и проигрывание развивающих игр. |
| 9. | Социальное взаимодействие. От игры рядом к игре вместе: как помочь ребенку общаться со сверстниками | 1,5 ч. | Практикум, демонстрация и проигрывание развивающих игр. |
| **Раздел 3. «Растем вместе: от теории к практике»** | | | |
| 10. | Формирование самостоятельности. От помощи к поддержке: как научить ребенка делать самому | 1,5 ч. | Обмен опытом, работа в мини-группах, собеседование. |
| 11. | Развивающая среда дома. Как организовать безопасное и полезное пространство. | 1,5 ч. | Семинар с демонстрацией фото- и видеоматериалов, практические рекомендации. |
| 12. | Подведение итогов. Наши успехи и дальнейшие шаги. | 1,5 ч. | Рефлексия «Это я возьму с собой», итоговое анкетирование, неформальное общение. |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2355**

# Психолого-педагогическая технология настольная дидактическая игра «ПедКласс»

**II место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Илюшина Марина Ивановна,*** *кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Калужского института (филиала) АНО ВО МГЭУ, магистрант МГП/ПУ, г. Калуга*

***Нечаева Ольга Алексеевна,*** *кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики, заместитель директора института педагогики ФГБОУ ВО КГУ им. К.Э. Циолковского, г. Калуга*

> «Игра имеет большое значение в жизни ребенка, имеет такое же значение, какое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Каков ребенок в игре, таким во многом он будет в работе. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит, прежде всего, в игре...»
>
> *А.С. Макаренко*

**1. Данные о программе**

Психолого-педагогическая технология настольная дидактическая игра «ПедКласс» направлена на развитие компонентов педагогической одаренности у обучающихся в старших классах «Психолого-педагогической направленности» общеобразовательных организаций.

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

Авторами психолого-педагогической технологии настольной дидактической игры «ПедКласс» являются кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Калужского института (филиала) АНО ВО МГЭУ, магистрант МГП/ПУ Илюшина Марина Ивановна и кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики, заместитель директора института педагогики ФГБОУ ВО КГУ им. К.Э. Циолковского Нечаева Ольга Алексеевна.

**Место разработки технологии**: Институт педагогики ФГБОУ ВО КГУ им. К.Э. Циолковского.

Адрес: 24800, г. Калуга, улица Степана Разина, 22/48, каб. 401

Телефон: +7(4842)50-30-22, +7(4842) 50-30-04 (Внутренний — 127).

Официальный сайт https://tksu.ru.

Электронная почта: ip@tksu.ru; psyhologOlg@yande.ru.

Руководитель организации: директор института педагогики ФГБОУ ВО КГУ им. К.Э. Циолковского Карпеченко А.С.

**Место реализации технологии**: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 2» городского округа Щёлково Московской области.

Адрес: 141100, Московская область, г. Щелково, ул. Комсомольская, стр. 8А

Телефон: +7(496)258-51-40

Официальный сайт https://sch2-schel.edumsko.ru

Электронная почта: shel_school2@mosreg.ru

Руководитель организации: директор Силантьева М.С.

Педагог-психолог: Завьялова А.А.

Участниками игры стали обучающиеся в старших классах «Психолого-педагогической направленности в количестве 23 человека.

Внедрение технологии проходило с сентября 2024 года по май 2025.

**3. Аннотация, обоснование практической актуальности**

Настольная дидактическая игра «ПедКласс» представляет собой авторскую психолого-педагогическую технологию. Она посвящена развитию компонентов педагогической одаренности у обучающихся в старших классах «Психолого-педагогической направленности» общеобразовательных организаций.

*Актуальность* разработки данной игры заключается в том, что в современном, динамически изменяющемся мире остро стоит вопрос мотивации и правильного выбора профессий среди школьников. Важной задачей в системе образования является привлечение и подготовка молодых, инициативных, творческих педагогических кадров. Современная школа нуждается не только в компетентных специалистах с точки зрения предмета преподавания, но в активных, инициативных педагогах, обладающих профессиональными компетенциями.

Для этого в современных школах созданы классы психолого-педагогической направленности, целью которых является *раннее выявление* у школьников педагогической одаренности. И особую актуальность приобретает внедрение новых психолого-педагогических технологий в обучении, направленных *на развитие компонентов педагогической одаренности*.

Игровой формат настольной дидактической игра «ПедКласс» обеспечивает высокий уровень вовлеченности школьников в образовательный процесс, создаёт комфортную атмосферу и стимулирует познавательную активность обучающихся.

*Новизна данной технологии* заключается в применении теорий деятельности А.Н. Леонтьева и С.Л. Рубинштейна для развития компонентов педагогической одаренности через организацию выполнения школьниками конкретных действий до формирования мотива выполнения этих и других подобных действий. То есть деятельность по развитию компонентов педагогической одаренности построена не «от мотива до действия (операции)», а «от действия (операции) до мотива».

*Практическая значимость технологии* заключается в том, что в игре представлены все необходимые материалы для ее проведения. Настольная дидактическая игра «ПедКласс» содержит: игровое поле, вопросы с заданиями, кубик и дополнительный наглядный материал. Данную игру может реализовывать практически любой педагог образовательной организации (педагог-психолог, вожатый, специалист по работе с молодежью).

**Сведения об уровне образования, для которого реализуется технология**

Данная игровая технология может быть реализована при работе с обучающимися старших классов общеобразовательных школ психолого-педагогического и других профилей при профориентационной работе.

**Сведения о виде/направленности технологии**

Дидактическая игра «ПедКласс» имеет образовательную и просветительскую направленность. Игра может применяться педагогами, педагогами-психологами, реализующими классы «психолого-педагогической направленности» в общеобразовательных организациях, проводящих курсы «Основы психологии и педагогики».

**Целевая аудитория, в том числе узкая группа, описание ее социально-психологических особенностей**

**Целевую группу, которой адресована** данная технология составляют обучающихся в старших классах «Психолого-педагогической направленности» общеобразовательных организаций (юноши и девушки), а также обучающиеся, имеющие интерес к педагогической деятельности.

**Цели и задач настольной дидактической игры «ПедКласс»**

Цель настольной дидактической игры «ПедКласс» — *актуализировать потенциал педагогической одаренности обучающихся в старших классах общеобразовательных организаций, через развитие ее компонентов: универсальных* (креативность, активность, мотивация, интеллект) *и специальных* (коммуникативные способности, организаторские способности, артистизм, навыки

речевого общения, эмпатия, интерес к людям, интерес к предмету (психологии и педагогики), интерес к педагогической деятельности).

Задачи, реализуемые в игре:

*Образовательные:*

1. Формирование единого информационного поля (научные понятия, термины) в области педагогики и психологии.
2. Формирование умения использовать психологические знания для решения прикладных задач, общения и деятельности в коллективе.

*Воспитательные:*

1. Повышение престижа педагогической деятельности и профессии «учитель».
2. Развитие нравственных качеств, терпимости к мнению других.

*Психолого-педагогические*:

1. Формирование коммуникативных умений и навыков.
2. Развитие организаторских способностей и артистизма.
3. Способствовать мобилизации личностных ресурсов участников, направленных на формирование активной жизненной позиции.
4. Повышение мотивации к осуществлению педагогической деятельности.
5. Формирование предпосылок осознанного выбора будущей профессии, позитивного отношения к профессиональной педагогической и социальной деятельности.

**Длительность реализации настольной дидактической игры «ПедКласс»**
**(период времени и/или количество акад. часов)**

Реализации игры заключалась в проведении серии игровых сессий (встреч) по 1,5 астрономических часа каждое (2 академических часа), периодичностью не чаще 1 раз в месяц. Продолжительность реализации зависеть от целей, возможностей педагогов. Необходимый минимум для реализации игры и достижения цели — 3 встречи в течении года. Игра может проводиться как в урочное время на уроках курса «Основы педагогики и психологии», так и во внеурочное время.

**Этапы и алгоритм реализации настольной дидактической игры «ПедКласс»**

Проведение игры состоит из трех основных этапов:

1. Подготовительный. Этап включает в себя проведение диагностики уровня сформированности компонентов педагогической одаренности. Определение тек классов, которые будут участвовать в играх. Составление графика проведения игр, регулируются вопросы с местом проведения встреч и ответственными лицами. Данный этап проводится в течение месяца (сентябрь).
2. Основной. На данном этапе реализуется игра (октябрь — апрель).

Структура игровой встречи, представлена в таблицы 1.

Таблица 1

**Структура игровой встречи**

| Этап занятия | Время | Содержание этапа |
|---|---|---|
| Подготовительный | 15 минут | - приветственное слово ведущего игры;<br>- ритуал приветствия участников (разные способы приветствия);<br>- упражнение «на разогрев» (подготовка участников к игре, формирование положительного настроя); |
| Основной | 1 час 5 минут | - проведение игры; |
| Заключительный | 10 минут | - обсуждение (рефлексия участников);<br>- ритуал окончания занятия (благодарность за работу).<br>- мотивация на следующую встречу |
| Итого: | 1 час 30 минут | - |

3. Заключительный. Проведение повторной диагностики уровня сформированности компонентов педагогической одаренности, анализ результатов работы и оценка эффективности технологии. Составляются, при необходимости, рекомендации для дальнейшего планирования работы. Период подведения итогов — 1-я неделя мая.

**Методическое обеспечение (научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение) настольной дидактической игры «ПедКласс»**

Включает теоретические подходы, концепции, ссылки на нормативные акты.

**Описание используемых методик, технологий**

Для более эффективного достижения поставленной цели в рамках игры используются такие техники и упражнения, которые актуализируют все компоненты педагогической одарённости.

Особенностью данной технологии является применение теорий деятельности А.Н. Леонтьева и С.Л. Рубинштейна несколько наоборот. Основная задача предложить школьникам реализовать действия и операции, присущее педагогической деятельности для формирования мотива и интереса к будущей профессиональной деятельности.

Выбор именно настольных игр как технологии для развития компонентов педагогической одаренности обучающихся в педагогических классах неслучаен.

В игровой ситуации, выполняя ходы, участники игры получают карточки с заданиями, предлагающие для осмысления различные ситуации из психологической и педагогической деятельности, направленные на развитие компонентов педагогической одаренности.

Дидактическая игра «ПедКласс» имеет все необходимые характеристики дидактических игр: цель, готовый игровой материал (поле, карточки с заданиями, фишки), замысел и правила.

Л.С. Выготский сформулировал закон — обучение ведет за собой развитие, так как личность развивается в процессе деятельности. Именно в активной игровой деятельности, направляемой преподавателем, школьники овладевают необходимыми знаниями, умениями, трансформируя их в компетенции, столь значимые для будущей профессиональной деятельности, развивая творческие способности.

Основные методы, используемые в дидактической игра «ПедКласс»:

1) деятельностные технологии (проблемное ситуации, кейс-задания, моделирование);

2) коммуникативные практики (дискуссионные задания, задания -речевые практикумы и т.д.);

3) рефлексивные практики (задания на понимание и анализ ситуации, анализ активности в процессе игровой деятельности).

**Измеряемые конструкты и критерии оценки**

Измеряемые конструкты и критерии оценки определялись на основе определения понятия «педагогической одаренности» и ее компонентов.

Под педагогической одаренностью понимают психологическую предпосылку развития педагогических способностей, представляющую собой сложное взаимодействие универсальных и специальных компонентов, обеспечивающих потенциальную возможность достижения успеха в педагогической деятельности.

Критериями оценки достижения планируемого результата применения настольной дидактической игры «ПедКласс» являются показатели сформированности компонентов педагогической одарённости, измеримые валидными психодиагностическими методиками, представленными в п.14.

**Ожидаемые результаты реализации технологии**

Ожидаемые результаты реализации технологии отвечают поставленной в игре цели и соотносятся с компонентами педагогической одаренности.

Участники, успешно прошедшие игру, должны **знать:**

- особенности педагогической деятельности

Участники, успешно прошедшие игру, должны **уметь:**

- применять психолого-педагогических знания в решении педагогических задач;
- организовывать группу для решения поставленной задачи, исходя из принципов общности целей и интересов его членов;
- ставить цель и задачи для решения педагогической ситуации;
- корректировать и направлять деятельность членов группы;
- организовывать взаимодействие членов группы для решения задачи;
- принимать мнения других участников группы.

Участники, успешно прошедшие игру, должны **владеть:**

- инструментами совместной работы над задачей;
- коммуникативными умениями и навыками;
- навыками речевого общения и эмпатией;
- навыками эффективной коммуникации и безопасного поведения.

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

Для оценки достижения планируемых результатов выбраны специфические и неспецифические методики диагностики педагогической одаренности. Они представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Методики исследования компонентов педагогической одаренности**

| | **Методики исследования в форме** | **Компоненты педагогической одаренности** |
|---|---|---|
| *Специфическая методика* | | |
| 1. | Методика психологической диагностики потенциальной педагогической одаренности обучающихся О.В. Баркановой | Универсальные компоненты педагогической одаренности: креативность; интеллект; мотивация достижения успеха; специальные компоненты: педагогические склонности; коммуникативные и организаторские склонности |
| *Неспецифические методики* | | |
| 2. | Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2) | Коммуникативные и организаторские склонности |
| 3. | Опросник эмоциональной эмпатии Мехрабиана и Эпштайна | Эмпатия |
| 4. | Методика «Профиль» (карты интересов А.Е. Голомштока в модификации Г.В. Резапкиной) | Интерес к людям; интерес к предмету (психологии и педагогики); интерес к педагогической деятельности |

Для определения сформированности педагогической одаренности, как интегрального образования, состоящего из набора компонентов, предполагается определения трех уровней, в зависимости от уровней сформированности каждого компонента, согласно методикам их диагностирующим — низкий, средний и высокий.

**15. Перечень и описание программных мероприятий**

Настольная дидактическая игра «ПедКласс» включает в себя 12 рубрик, которые соотнесены с компонентами педагогической одаренности. Рубрики для игры идентичны рубрикам в учебнике «Основы педагогики и психологии. 10–11 классы» В.С. Басюк и др.

**Вариант 1**

Участники выбирают фишку, ставят ее на любую из стрелочек. Первый участник делает ход — бросает кубик. Перемещает фишку по полю (по капелькам) на то количество капелек, сколько выпало точек на кубике. Двигаясь по «капелькам», участники отвечают на задания и выполняют упражнения (в соответствии с сектором расположения). За каждый правильный ответ участник получает «талант» (карточку с изображением фигуру человека). Талантами можно делиться с другими участ-

никами игры. Движение идет в пределах выбранного сектора. Дойдя до края сектора, движение продолжается на круг выше. Дойдя до края следующего сектора, движение продолжается на круг выше. Выигрывает тот, кто первый доберется до сектора «Приз».

*Рис. 1 — Схема движения фишек при втором варианте проведения игры «ПедКласс»*

Время проведение данного варианта 1,5 часа при одновременном участии до 12 участников.

**Вариант 2**

Участники выбирают фишку, ставят ее на любую из стрелочек. Первый участник делает ход — бросает кубик. Перемещает фишку по полю (по капелькам) на то количество капелек, сколько выпало точек на кубике. Двигаясь по «капелькам», участники отвечают на задания и выполняют упражнения (в соответствии с сектором расположения). За каждый правильный ответ участник получает «талант» (карточку с изображением фигуру человека). Талантами можно делиться с другими участниками игры. Движение идет по всему полю игры по часовой стрелке. Дойдя до поля со своей стрелочкой (куда изначально была поставлена фишка), участник поднимается на круг капелек выше и продолжает движение по полю игры. Перемещение по другим кругам капелек аналогично. Выигрывает тот, кто первый доберется до сектора «Приз», расположено в центре игрового поля. Время проведение данного варианта 1,5–2 часа при одновременном участии до 12 участников.

*Рис. 2 — Схема движения фишек при первом варианте проведения игры «ПедКласс»*

Попадая на сектор «красный квадрат», в любом из вариантов игры участники пропускают ход.

План проведения серии из трех игровых встреч представлен в таблице 4.

Таблица 3

**План проведения серии из трех игровых встреч**

| № встречи | Этап игровой встречи | Время | Содержание | Время проведения |
|---|---|---|---|---|
| **1** | Приветственное слово ведущего игры; | **5 минут** | Ведущий приветствует участников, знакомит с целью и правилами игры. | 2 неделя ноября |
| | Ритуал приветствия участников; | **5 минут** | Упражнение «Снежный ком» (имя-положительное качество) | |
| | Упражнение «на разогрев» (подготовка участников к игре, формирование положительного настроя); | **5 минут** | Упражнение «Опасения, ожидания» | |
| | Проведение игры | **1 час 5 минут** | Вариант проведения 1 | |
| | Обсуждение | **5** | Рефлексия участников | |
| | Ритуал окончания занятия | **5** | Благодарность за работу — обмен пожеланиями | |
| **2** | Приветственное слово ведущего игры; | **5 минут** | Ведущий приветствует участников, знакомит с целью и правилами игры. | 3 неделя декабря |
| | Ритуал приветствия участников | **5 минут** | Упражнение «Снежный ком» (имя-цветок) | |
| | Упражнение «на разогрев» (подготовка участников к игре, формирование положительного настроя); | **10 минут** | Создание собственной фишки. Участникам необходимо вылепить свою фишку из белого воздушного пластилина и раскрасить | |
| | Проведение игры | **1 час** | Вариант проведения 2 | |
| | Обсуждение | **5** | Рефлексия участников | |
| | Ритуал окончания занятия. | **5** | Благодарность за работу — обмен пожеланиями | |
| **3** | Приветственное слово ведущего игры; | **5 минут** | Ведущий приветствует участников, знакомит с целью и правилами игры. | 1 неделя февраля |
| | Ритуал приветствия участников | **5 минут** | Упражнение «Снежный ком» (имя-имя прилагательное) | |
| | Упражнение «на разогрев» (подготовка участников к игре, формирование положительного настроя); | **10 минут** | Создание собственной фишки. Участникам необходимо подготовить свою фишку, раскрасив деревянную фишку — заготовку | |
| | Проведение игры; | **1 час** | Вариант проведения 1 | |
| | Обсуждение | **5** | рефлексия участников | |
| | Ритуал окончания занятия. | **5** | Благодарность за работу — обмен пожеланиями | |
| | Итого | **4,5 часа** | | |

План проведения игровых встреч может быть выстроен индивидуально в каждой образовательной организации.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2358**

# Дополнительная общеобразовательная психолого-педагогическая программа социально-гуманитарной направленности «Профессиональный компас»

**III место**

**Автор — призер Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Свободина Юлия Викторовна,*** *педагог-психолог МБОУДО «Детско-юношеский центр космического образования «Галактика», г. Калуга*

Программа предполагает обучение детей основам общей психологии, оказание помощи в профессиональном самоопределении, а также разработку проектных и учебно-исследовательских работ по психологии, либо междисциплинарных, на стыке психологии и других наук.

Существующая проблема: недостаточная осведомленность о многообразии профессий, отсутствие навыков самостоятельного поиска информации и критического анализа у многих подростков, а также неумение планировать и реализовывать собственные проекты и исследования становятся серьезными препятствиями на пути к успешной самореализации.

Программа «Профессиональный компас» является модульной и включает в себя 2 основных направления (модуля):

- Психологический (ранняя профориентация, основы общей психологии)
- Проектно-исследовательский (разработка учебно-исследовательских работ и проектов по психологии)

Программа рассчитана на детей 13–17 лет — подростков с нормотипичным кризисом взросления, предполагает 1 год реализации (144 часа) и имеет стартовый уровень сложности.

**Цель программы** — обучение подростков субъектному выбору в своем жизненном самоопределении через поэтапное обучение его умению самоопределяться в профессиональной сфере и формирование у подростков основ учебно-исследовательской и проектной деятельности.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- формирование у обучающихся умения сбора и анализа информации, овладение алгоритмами выбора профессии
- выработка у подростков умений самоанализа и рефлексии, формирование новых образов поведения
- обучение конструктивных способам внутригруппового взаимодействия
- формирование навыков исследовательской работы у обучающихся

*Развивающие*

- развитие критического мышления
- развитие осознанной ориентации детей младшего и среднего подросткового возраста в мире современных профессий
- развитие у обучающихся психологической готовности к изменениям
- развитие самостоятельности в приобретении и применении полученных знаний
- развитие коммуникативных навыков и творческого мышления
- развитие уверенности в себе через положительный опыт коллективного сотрудничества и публичной защиты исследовательской работы

*Воспитательные:*

- Воспитание любознательности, ответственности и взаимопомощи
- Ориентация подростков на социально-значимые виды деятельности в процессе формирования сферы интересов
- Формирование целостного видения будущего

Программа «Профессиональный компас» включает обучающие, развивающие и воспитательные задачи и следующие разделы: пояснительная записка, учебный план, содержание программы, планируемые результаты, условия реализации программы, формы аттестации, оценочные и методический материалы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы, список литературы, приложения.

Программа реализуется в соответствии с основными нормативными документами, действующими в сфере дополнительного образования и деятельности психологических служб образовательных учреждений, а также в соответствии с локальными актами учреждения.

В разделе «Оценочные материалы» отражены результаты реализации программы «Профессиональный компас» на этапе апробации и в последующие годы. Данные результаты подтверждают эффективность программы по следующим параметрам:

- Уровень усвоения программного материала
- Самооценка креативности
- Уровень развития критического мышления
- Выраженность потребности в достижениях
- Коммуникативная компетентность
- Внутригрупповая сплоченность
- Сформированнность профессионального выбора
- Преобладающие мотивы выбора профессии.

В рамках программы представлен так же анализ эффективности участия подростков в конкурсном движении.

В приложениях к программе «Профессиональный компас» представлены разработки занятий; фотоальбом, иллюстрирующий результаты работы в рамках модуля «Учебно-исследовательская и проектная деятельность»; и часть диагностических методик (основная их часть представлена в виде ссылок в разделе «Оценочные материалы»).

Программа «Профессиональный компас» прошла внешнюю экспертизу в рамках регионального этапа Всероссийского конкурса образовательных практик по обновлению содержания и технологий дополнительного образования в 2023 году и является победителем конкурса.

Данная программа может быть рекомендована к реализации в учреждениях дополнительного образования и в школах.

**Учебно-тематический план**

| № п/п | Тема | Количество часов | Теория | Практика | Формы итогового контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Учебный модуль «Ранняя профориентация» (84 часов)*** | | | | | |
| 1 | Знакомство. Основные правила тренинговой работы | 2 | 1 | 1 | 1. Групповая рефлексия<br>2. Анкетирование |
| 2 | Подросток и психолог. Что изучает психология? | 2 | 1 | 1 | Групповая рефлексия |
| 3 | Тайна моего имени | 4 | 2 | 2 | 1. Групповая рефлексия<br>2. Диагностическое рисование |

| № п/п | Тема | Количество часов | Теория | Практика | Формы итогового контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 4 | Интеллектуально-познавательное занятие «Хочу проверить себя» | 4 | 2 | 2 | Самодиагностика |
| 5 | Как я воспринимаю окружающий мир: (аудиал, визуал, кинестетик). | 4 | 2 | 2 | Самодиагностика |
| 6 | Насколько я внимателен | 4 | 2 | 2 | Самодиагностика |
| 7 | Тайны хорошей памяти | 4 | 2 | 2 | 1. Групповая рефлексия<br>2. Самодиагностика |
| 8 | «Моя планета»: я люблю, я сам. | 4 | 2 | 2 | 1. Групповая рефлексия<br>2. Диагностическое рисование |
| 9 | Я имею право чувствовать и выражать свои чувства: истоки негативных эмоций | 6 | 2 | 4 | Групповая рефлексия |
| 10 | Радуга эмоций | 2 | 1 | 1 | Диагностическое рисование |
| 11 | Самооценка и уровень притязаний | 4 | 2 | 2 | Тестирование |
| 12 | Стороны моего «Я»: темперамент | 2 | 1 | 1 | Тестирование |
| 13 | Стороны моего «Я»: характер | 6 | 2 | 4 | Тестирование |
| 14 | «Я хочу»: мир моих интересов | 4 | 2 | 2 | Групповая рефлексия |
| 15 | «Я могу»: мои способности | 4 | 2 | 2 | Тестирование |
| 16 | Уровень внутренней свободы | 4 | 2 | 2 | Групповая рефлексия |
| 17 | Мой психологический портрет | 2 | 1 | 1 | Самопрезентация |
| 18 | Что я знаю о мире профессий? | 4 | 2 | 2 | Групповая рефлексия |
| 19 | Типология профессий | 6 | 4 | 2 | Групповая рефлексия |
| 20 | Профессионально важные качества | 6 | 2 | 4 | Групповая рефлексия |
| 21 | Профессия и здоровье | 4 | 2 | 2 | Тестирование |
| 22 | Моя будущая профессия | 6 | 2 | 4 | Итоговое тестирование |
| ***Учебный модуль «Учебно-исследовательская и проектная работа» (56 часов)*** | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | Анкетирование |
| 2 | Знакомство со структурой учебно-исследовательских и проектных работ | 4 | 2 | 2 | Групповой отчет |
| 3 | Преобразование проблемы в цель, учимся ставить задачи | 4 | 2 | 2 | Групповой отчет |
| 4 | Требования к содержанию научной работы | 4 | 2 | 2 | Групповой отчет |
| 5 | Правила работы с научно-популярной литературой. | 4 | 2 | 2 | 1. Практикум, работа в микрогруппах<br>2. Рефлексия результатов групповой работы |
| 6 | Правила оформления исследовательской и проектной работы | 4 | 2 | 2 | Групповой отчет |

| № п/п | Тема | Количество часов | Теория | Практика | Формы итогового контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Определение этапов исследовательской и проектной работы | 4 | 2 | 2 | 1. Работа в парах, практикум.<br>2. Отчет о работе пары |
| 8 | Работа по теме исследования и проекта | 22 | 8 | 14 | Групповой отчет |
| 9 | Культура защиты исследовательской и проектной работы | 4 | 2 | 2 | Самопрезентация |
| 10 | Снятие внутренних барьеров индивидуальной самопрезентации | 2 | 1 | 1 | 1. Тренинг<br>2. Групповая рефлексия |
| 11 | Итоговое занятие: конференция | 2 | 1 | 1 | 1. Конференция<br>2. Анализ продуктов исследовательской деятельности |
| Всего | | 144 | 35 | 37 | |

**Планируемые результаты**

| Учебные действия | Учащиеся знают, понимают | Учащиеся умеют |
|---|---|---|
| Регулятивные | правила работы тренинговой группы | 1. с помощью педагога и группы проводить рефлексию эмоциональных состояний и причин поведения окружающих<br>2. под руководством педагога планировать и поэтапно выполнять учебно-исследовательскую и проектную работу |
| Познавательные | 1. Иметь общие представления о структуре интеллекта, структуре личности.<br>2. Владеть терминологией, связанной с профессиональным самоопределением (профессия, типология профессий, профессиограмма, современные профессии, мотивация выбора профессии)<br>3. Знать виды и структуру учебно-исследовательских и проектных работ<br>4. Требования к содержанию научной работы<br>5. Правила оформления научной работы | 1. Осознавать собственные индивидуальные особенности интеллекта и их влияние на успешность в различных видах деятельности.<br>2. Владеть алгоритмами выбора профессии<br>3. Ставить и решать в группе исследовательские и проектные задачи<br>4. Совместно составлять план научной работы группы<br>5. Устанавливать новые связи между известными явлениями<br>6. Работать с дополнительной литературой<br>7. Письменно излагать результаты исследования или проекта<br>8. Грамотно осуществлять защиту работы |
| Личностные | 1. Иметь общие представления об особенностях своего темперамента и типе характера, своих интересах и склонностях<br>2. Иметь представление о своей профессиональной и личностной направленности, творческом потенциале,<br>3. Иметь четкие представления об основных жизненных целях и способах их достижения. | Осознавать собственные индивидуальные особенности личности и их влияние на межличностные отношения и успешность в различных видах деятельности |

| Учебные действия | Учащиеся знают, понимают | Учащиеся умеют |
|---|---|---|
| Коммуникативные | Знать основные приемы конструктивного взаимодействия с окружающими и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. | 1. иметь устойчивые навыки конструктивного взаимодействия с разными людьми. В частности, уметь противостоять чужому внушению и давлению.<br>2. уметь эффективно осуществлять коммуникацию в микрогруппе в рамках разработки и реализации групповых учебно-исследовательских работ |

**Условия реализации программы:**

Программа может быть реализована в учреждениях дополнительного образования и в школе.

Кадровое обеспечение: педагог, имеющий психологическое образование, обеспечивающий реализацию программы.

Материально-техническое обеспечение: учебный кабинет для занятий с детьми, имеющее хорошее освещение (до 200 лк) и вентиляцию; аптечка; информационный стенд; оборудование (столы и стулья, соответствующих росту обучающихся; доска; аудио-видеоаппаратура; компьютер, мультимедийный аппарат; реквизиты для игр, упражнений, тренингов; канцтовары: ватман, маркеры, фломастеры, простые карандаши, писчая бумага, скотч, цветная бумага, картон)

**Дидактическое обеспечение программы:**

- Методические разработки занятий;
- Методическая литературы по данной тематике.
- Ауди и видеотекаотека;
- Подборка методик проведения оценки эффективности программы;

**К модулю «Учебно-исследовательская и проектная деятельность»:**

- **Учебные пособия и рабочие тетради:** Содержат теоретический материал, практические задания, примеры исследований и проектов.
- **Презентации и видеолекции:** Визуальное сопровождение теоретических блоков, демонстрация примеров.
- **Сборники кейсов и ситуационных задач:** Для отработки навыков анализа психологических явлений и поиска решений.
- **Шаблоны и образцы:** Для оформления исследовательских работ и проектов (структура статьи, план проекта, критерии оценки).
- **Список рекомендованной литературы и интернет-ресурсов:** Для углубленного изучения тем.
- **Инструкции по проведению психологических экспериментов и опросов:** с учетом этических норм и возрастных особенностей подростков.
- **Инструментарий для проведения исследований:** Анкеты, опросники, тесты (адаптированные для подростков).

**Формы аттестации**

Основные **формы текущего и итогового контроля** — опрос, групповая рефлексия, конференция, анкетирование, тестирование, анализ продуктов исследовательской и проектной деятельности (в том числе и в рамках участия в конкурсах).

Данная программа не предусматривает выдачу документа об обучении.

**Система психолого-педагогического мониторинга программы**

| Категория испытуемых | Параметры диагностики | Используемые методики | Сроки проведения |
|---|---|---|---|
| учащиеся | Начальный уровень учебной подготовки | Авторская методика определения уровня теоретической подготовки детей | Сентябрь-октябрь |
| учащиеся | Творческие способности, критическое мышление | Опросник «Диагностика личностной креативности» (Е.Е. Туник) https://onlinetestpad.com/ru/test/1201-diagnostika-lichnostnoj-kreativnosti-e-e-tunik<br>Тест критического мышления Старки https://psytests.org/iq/starkey_1.html | Октябрь |
| учащиеся | преобладающая мотивация (достижения успехов или избегания неудач) | Опросник «Шкала оценки потребности в достижении» https://onlinetestpad.com/ru/test/4458-shkala-ocenki-potrebnosti-v-dostizhenii | Октябрь |
| учащиеся | Коммуникативная компетентность | Тест-опросник коммуникативных умений L. Michelson (адаптация Ю.З. Гильбух) https://psytests.org/ipl/okum-run.html?ysclid=mi5tsrueh4108460963 | Октябрь |
| учащиеся | групповая сплоченность | Определение индекса групповой сплоченности Сишора https://psytests.org/work/igss-run.html?ysclid=mi5tkfc62t44806388 | декабрь |
| учащиеся | Профессиональная направленность личности | 1. Методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова https://psytests.org/work/mvproo-run.html?ysclid=mi5tp1lqn0670472537<br>2. Опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши (модификация Г.В. Резапкиной); https://psytests.org/work/yovrez-run.html?ysclid=mi5trlz9nf163782380<br>3. Тест «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур» | Январь -февраль |
| учащиеся | Итоговый уровень учебной подготовки Коэффициент интеллекта | Авторская методика определения уровня теоретической подготовки детей | Апрель-май В конце курса |
| учащиеся | Творческие способности, критическое мышление | 1. Опросник «Диагностика личностной креативности» (Е.Е. Туник).<br>2. Тест критического мышления Старки<br>3. Анализ продуктов творческой деятельности: презентации научно-исследовательских и проектных работ, участие в городских и региональных конференциях, чтениях, олимпиадах; метод наблюдений; метод экспертных оценок | Май (в конце курса)<br><br>В ходе обучения |
| учащиеся | преобладающая мотивация (достижения успехов или избегания неудач) | Опросник «Шкала оценки потребности в достижении» | Апрель (в конце курса) |
| учащиеся | Коммуникативная компетентность; | Тест-опросник коммуникативных умений L. Michelson (адаптация Ю.З. Гильбух) | Апрель (в конце курса) |
| учащиеся | групповая сплоченность | Определение индекса групповой сплоченности Сишора | Апрель (в конце курса) |
| Родители, учащиеся | Удовлетворенность результатами учебно-воспитательной работы | Анкетирование (авторские анкеты) | Апрель (в конце курса) |

**Методические материалы**

Занятия по программе «Профессиональный компас» предполагают различные **формы работы.** Это:

- Индивидуальная и групповая работа.
- Лекционная (для подачи теоретического материала) и треннинговая (для отработки практических навыков).
- Занятия-экскурсии и занятия-конференции

Так как работа по данной программе предполагает различные виды индивидуальной работы (в частности, самодиагностику), а также получение теоретических знаний, целесообразно ввести **рабочие тетради**, в которых будет фиксироваться необходимая информация и выполняться различные задания.

С целью формирования у подростков устойчивого интереса к психологии как науке, развитие навыков самостоятельного познания, критического мышления и умения применять полученные знания на практике в рамках программы реализуется учебно-исследовательский и проектный модуль.

Рекомендации по реализации данного модуля:

- **Использование интерактивных форм работы:** лекции-дискуссии, тренинги, мастер-классы, мозговые штурмы, решение кейс-заданий.
- **Индивидуальный и групповой подходы:** Учет особенностей каждого подростка, формирование пар и малых групп для совместной работы над проектами.
- **Практическая направленность:** Максимальное вовлечение подростков в реальную исследовательскую и проектную деятельность.
- **Использование современных технологий:** Онлайн-платформы для совместной работы, инструменты для создания презентаций и видео, доступ к электронным библиотекам.
- **Обратная связь и поддержка:** Регулярное консультирование, помощь в преодолении трудностей, конструктивная критика.
- **Формирование мотивации:** Акцентирование на актуальности психологических знаний для жизни подростка, демонстрация примеров успешных проектов.
- **Этические аспекты:** Обязательное ознакомление с правилами проведения психологических исследований и работы с людьми.
- **Оценка результатов:** Использование разнообразных форм оценки (портфолио, презентации, защита проектов, самооценка, взаимооценка).

В учебно-исследовательской и проектной работе с учащимися по программе «Профессиональный компас» активно используется междисциплинарный подход, что позволяет решать целый спектр задач:

- Использование разнообразных форм деятельности учащихся: от создания мультимедийных презентаций до проведения научных экспериментов; от реализации индивидуальных проектов до работы в группах (парах, малых и больших группах).
- Развивающие задачи: такие проекты и исследования способствуют развитию креативности, критического мышления, коммуникативных способностей, сотрудничества и проблемного мышления.
- Практикоориентированность: междисциплинарные проекты помогают учащимся лучше понимать практическую взаимосвязь между различными научными дисциплинами и применять знания в реальной жизни.

Психологические методы можно применять при организации проектных и исследовательских работ в области практически любых научных дисциплин. Биология, медицина, математика, философия — любая из наук содержит проблемы, в решении которых может помочь психологическая наука. И любое психологическое исследование может стать более объемным и продемонстрировать

более точные результаты, если при его проведении использовать подходящие методы других наук и современные технологии.

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

**Педагог-психолог, реализующий программу:**

- **Ответственность:** Разработка и адаптация методических материалов, проведение диагностических процедур, групповых и индивидуальных консультаций, организация профориентационных мероприятий, обеспечение конфиденциальности полученной информации, мониторинг динамики развития участников.
- **Права:** Получение полной и достоверной информации об участниках программы от родителей (законных представителей) и педагогов, доступ к необходимым методическим и дидактическим материалам, право на профессиональное развитие и повышение квалификации.
- **Обязанности:** Соблюдение этических норм и принципов профессиональной деятельности, создание доверительной и поддерживающей атмосферы, объективная оценка и предоставление обратной связи участникам, взаимодействие с родителями (законными представителями) для достижения общих целей.

**Учащиеся (подростки):**

- **Ответственность:** Активное участие в занятиях и мероприятиях программы, выполнение заданий, честное и открытое выражение своих мыслей и чувств, соблюдение правил группы, уважительное отношение к другим участникам.
- **Права:** Получение квалифицированной помощи и поддержки, право на конфиденциальность своих личных данных и результатов диагностики, право на свободное выражение своего мнения и вопросов, право на получение информации о мире профессий и возможностях самореализации.
- **Обязанности:** Проявлять интерес к процессу самопознания и изучению профессий, стремиться к осознанному выбору, уважать чужое мнение и опыт.

**Родители (законные представители) несовершеннолетних:**

- **Ответственность:** Поддержка интереса ребенка к программе, создание благоприятных условий для его участия, предоставление педагогу-психологу, реализующему программу, необходимой информации о ребенке, участие в родительских собраниях и консультациях, совместное обсуждение с ребенком полученных результатов и планов.
- **Права:** Получение информации о целях, задачах и содержании программы, право на консультации со специалистами по вопросам профориентации своего ребенка, право на участие в обсуждении индивидуальных траекторий развития ребенка.
- **Обязанности:** Проявлять доверие к специалисту, реализующему программу, уважать выбор ребенка, способствовать его самостоятельности и ответственности в принятии решений.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2359**

# Пропедевтика тьюторской деятельности родителей, воспитывающих детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и сочетанными дефектами «Мастерская родительского тьюторства: растим вместе»

## Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Смирнова Анна Игоревна,*** *директор, учитель-дефектолог ГБОУ ЛО «Школа-интернат «Красные Зори», г. Петергоф*

***Кадашникова Алена Дмитриевна,*** *педагог-психолог ГБОУ ЛО «Школа-интернат «Красные Зори», г. Петергоф*

Одним из приоритетов современной педагогики является гуманистический подход к образованию, воспитанию и просвещению детей, подростков, взрослых с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Современное образовательное пространство Российской Федерации характеризуется многогранностью развития, одновременной актуализацией разных ключевых направлений. Ориентируясь на передовые практики, российские образовательные организации не только бережно сохраняют историческое наследие и традиции, унаследованные со времен советской системы образования, но и активно внедряют инновационные педагогические технологии, современные методы и разнообразные формы работы с детьми, относящимися к разным нозологическим группам. Стремление к равному доступу к качественному образованию, где учитываются индивидуальные потребности каждого, является одним из принципов реализации всей системы.

Сегодня исследователи и практики во всем мире единодушны во мнении: просвещение родителей детей с ОВЗ рассматривается как отдельная ступень образования; как качественно новый подход к организации образовательного и воспитательного процесса; как инновационная система взаимодействия с семьями, воспитывающими детей с особыми потребностями. Подход требует глубокого понимания специфики развития детей с ОВЗ, учета их индивидуальных особенностей и потребностей, а также активного вовлечения родителей в процесс обучения и воспитания своих детей.

Траектории образования и воспитания ребенка, развивающегося типично, и ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), чьи физические или психические особенности создают дополнительные трудности, кардинально расходятся. В то время как обычный ребенок естественно интегрируется в школьное общество через игру, общение и обучение, ребенок с ОВЗ нуждается в целенаправленной поддержке и преодолении множества барьеров. Помимо освоения образовательной программы, для него первостепенное значение приобретает комплексная реабилитация и абилитация, направленные на формирование личных жизненных компетенций, необходимых для максимально независимой жизни.

Ключевыми элементами этих компетенций являются: способность ориентироваться в пространстве, обеспечивающая мобильность и свободу передвижения; навыки самообслуживания, позволяющие удовлетворять базовые потребности; и социально-бытовые навыки, необходимые для эффективного взаимодействия с окружающими людьми. В этом контексте, роль родителей выходит на передний план, превращая их в главных тьюторов и наставников для своих детей.

Именно родитель, как никто другой, способен обеспечить ребенку с ОВЗ необходимое тьюторское сопровождение. Родитель, являясь экспертом в потребностях и особенностях своего ребенка, становится ключевой фигурой в процессе его социализации. Он не просто оказывает помощь в освоении необходимых навыков, но и создает поддерживающую и развивающую среду, способствую-

щую формированию уверенности в себе, самостоятельности и активной жизненной позиции. Родитель-тьютор помогает ребенку адаптироваться к окружающей среде, взаимодействовать с другими людьми, преодолевать возникающие трудности и раскрывать свой потенциал. Эффективное тьюторское сопровождение со стороны родителей подразумевает не только передачу знаний и умений, но и безусловную любовь, принятие и веру в возможности своего ребенка, что является фундаментом для его успешной интеграции в школьное общество и социализацию после окончания школы. Родитель как тьютор становится проводником между миром ребенка с ОВЗ и внешним миром, открывая для него новые возможности и помогая преодолевать существующие преграды.

Таким образом, становится очевидным, что успешная реабилитация и социализация ребенка с ОВЗ невозможна без активного участия и тьюторского сопровождения со стороны родителей. Однако, эффективно выполнять эту роль родитель сможет только в том случае, если обладает необходимыми знаниями, навыками и, что не менее важно, выстроит гармоничные отношения с ребенком, основанные на доверии и взаимопонимании.

Это, в свою очередь, поднимает вопрос о необходимости пропедевтики тьюторской деятельности родителей детей с ОВЗ. Ведь готовность родителя стать тьютором для своего ребенка не возникает спонтанно. Она требует целенаправленной подготовки, включающей в себя как освоение специальных знаний и методик, так и развитие навыков эффективного взаимодействия с ребенком, понимания его потребностей и эмоциональной поддержки. Без такой предварительной работы, даже самые благие намерения могут оказаться неэффективными, а в некоторых случаях даже контрпродуктивными.

**Актуальность Программы** пропедевтики тьюторской деятельности родителей, воспитывающих детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) и сочетанными дефектами «Мастерская родительского тьюторства: растим вместе» (далее Программа) обусловлена необходимостью создания эффективной системы поддержки детей с НОДА и сочетанными дефектами в условиях инклюзивного образования, где родители играют одну из ключевых ролей — действуют в качестве тьюторов и активных участников образовательного процесса.

**Целью Программы** является формирование компетентности родителей, воспитывающих детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) и сочетанными дефектами, в осуществлении тьюторской деятельности, направленной на обеспечение максимально возможной интеграции и успешного развития их детей в образовательной среде школы, социальной среде территории проживания.

**Целевая аудитория.** Специалисты, работающие с семьями детей с НОДА и сочетанными нарушениями в школах-интернатах, реализующих адаптированные образовательные программы) (в т.ч. учителя-дефектологи, учителя-логопеды, педагоги-психологи, социальный педагог).

**Целевая группа**: обучающиеся с нарушением опорно-двигательного аппарата с сочетанными дефектами в возрасте 14–18 лет и их родители (законные представители). Уровень образования родителей не имеет значения.

Программа является пропедевтической для родителей — потенциальных тьюторов детей с НОДА.

Программа реализуется в течение трех лет следующими модулями: Модуль «Вместе к успеху» (теоретические знания и практика подготовки педагогических кадров к работе с родителями по формированию их компетентности в осуществлении тьюторской деятельности); Модуль «Тьюторство от сердца: Родительский путеводитель по развитию ребенка» (практики повышения тьюторской компетенции родителей); Модуль «Мост понимания» (психологическая поддержка родителей, установление партнерских отношений между семьей и образовательной организацией); Модуль «Выбирая будущее» (повышение компетентности родителей в вопросах социализации детей, построения непрерывного образовательного пути, выбора профессии).

**Форма обучения**: очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий. В процессе обучения используются мини-лекции, интерактивные методы, case-study, тренинги, ролевые игры, практические занятия.

Программа может быть скорректирована с учетом востребованности перечня образовательных событий, методов и форм воспитательных мероприятий в школе, подходов ивент-менеджмента.

**Ожидаемые результаты**. Практический результат реализации Программы — формирование готовности родителей к активному участию в образовательном, воспитательном процессе в качестве тьютора ребенка.

**Модуль «Вместе к успеху».**

Направлен на подготовку педагогических работников к пропедевтике тьютерства родителей. Занятия в рамках модуля предусматривают корпоративное участие всех педагогических работников в обучающих событиях с **целью определения единых ценностных установок и получения навыков практической деятельности**. Проходят 1 раз в 2 недели в первый год реализации программы; далее психологические тренинги по профилактике педагогического выгорания (в группах по 10 человек) 1 раз в 6 месяцев. К проведению занятий привлекаются представители научного сообщества вузов и институтов повышения квалификации. Проходят в очном и дистанционном форматах. Все занятия начинаются с обсуждения выполненного домашнего задания.

**Задачи модуля:**

- Ознакомить педагогических работников с инновационными подходами в обучении и воспитании детей с НОДА (адаптивные технологии, альтернативная коммуникация, сенсорная интеграция и т.д.);
- Актуализовать знания по психофизическим особенностям детей с НОДА;
- Освоить методы оценки возможностей и потребностей детей с НОДА;
- Формировать командный подход к работе с детьми с вовлечением специалистов (логопедов, психологов, дефектологов, медицинских специалистов);
- Установить партнерские отношения с родителями детей с НОДА;
- Повысить у педагогов уверенность в собственных силах и возможностях.

**Модуль «Тьюторство от сердца: Родительский путеводитель по развитию ребенка»**

**Цель модуля: Расширение возможностей родителей детей с НОДА, посредством формирования у них компетенций тьютора, для эффективной поддержки развития ребенка в домашних условиях и в школе.**

Модуль включает в себя занятия, классные и общешкольные события детей, родителей и педагогических работников.

Занятия модуля проходят 1 раз в месяц в течение второго и третьего года реализации программы в группах родителей одного класса или в группах родителей параллельных классов. Модераторами занятий являются классные руководители, при необходимости привлекаются педагоги-психологи, медицинские работники (врач-ортопед, врач невролог, врач психиатр, врач лечебной физкультуры, инструктора лечебной физкультуры), методист школы. Проходят в очном и дистанционном форматах. Все занятия начинаются с обсуждения выполненного домашнего задания.

**Задачи модуля:**

- Понять родителями особенности развития и потребностей детей с ОВЗ (в частности, с НОДА);
- Развить у родителей навыки эффективного общения и взаимодействия с ребенком;
- Оказать содействие в создании поддерживающей образовательной и социальной среды домашних условиях ребенка;
- Обеспечить информирование родителей о доступных ресурсах педагогической и психологической поддержки, а также релевантных онлайн-платформах, для эффективного содействия развитию и обучению ребенка.

**Модуль «Мост понимания»**

**Цель модуля**: **Создание благоприятных психолого-педагогических условий для повышения эффективности тьюторства родителей, воспитывающих детей с особыми образовательными**

**потребностями, посредством укрепления детско-родительских отношений и оказания комплексной поддержки.**

В рамках модуля предусмотрена организация встреч детско-родительского сообщества «Родитель & Особый ребенок», а также индивидуальные консультации с педагогом-психологом, основанные на результатах диагностики семейных проблем и стилей воспитания. Занятия детско-родительского клуба будут проводиться педагогом-психологом с периодичностью один раз в два месяца, разделенных на две группы: первая — для родителей учеников 1–5 классов, вторая — для родителей учеников 6–8 классов. Данная структура будет действовать на протяжении второго и третьего годов реализации программы.

По запросу классных руководителей педагог-психолог проводит тренинги по профилактике выгорания родителей детей с инвалидностью. По запросу родителей педагог-психолог проводит индивидуальные консультирования родителей.

Модуль направлен на решение **следующих задач:**

- Развитие у родителей навыков эффективного общения и взаимодействия с детьми, основанных на взаимопонимании и уважении.
- Формирование у родителей компетенций в области детской психологии и педагогики, необходимых для успешного решения возникающих проблем воспитания с учетом индивидуальных особенностей ребенка.
- Создание условий для повышения эмоциональной компетентности родителей и детей, способствующих профилактике негативных эмоций, снижению тревожности и разрешению конфликтов.
- Обучение родителей и детей техникам конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, приемам самопомощи при негативных психологических состояниях и стратегиям эффективного взаимодействия в сложных ситуациях.

**Модуль «Выбирая будущее»**

На третий год реализации программы предусмотрен модуль, направленный на поддержку профессионального самоопределения выпускников.

**Цель модуля: Повышение компетентности родителей в вопросах тьюторского сопровождения детей с НОДА в процессе профессионального самоопределения и подготовки к выбору детьми будущей профессии, с учетом особенностей рынка труда и перспектив для лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

Модуль включает в себя: встречи детско-родительского сообщества «Родитель & Взрослый ребенок» под руководством учителя технологии; индивидуальные консультации педагога-психолога, основанные на результатах профессиональной диагностики учащихся, а также по запросам родителей и классных руководителей; регулярные (1 раз в два месяца) занятия детско-родительского клуба, проводимые педагогом-психологом, для родителей учеников 9 класса. Некоторые события модуля проходят совместно с детьми.

**Задачи модуля:**

- Определить степень осознанности родителей в отношении выбора профессии ребенком с ОВЗ и их вовлеченности в этот процесс посредством анкетирования.
- Предоставить родителям актуальную информацию о рынке труда, перспективных направлениях профессиональной деятельности для лиц с ОВЗ, возможностях профессионального обучения и трудоустройства.
- Организовать встречу с экспертами конкурса «Абилимпикс» для демонстрации возможностей и достижений лиц с ОВЗ в различных профессиях (совместно с детьми).
- Ознакомить родителей с основными методами, тестами и инструментами профориентации, доступными для использования в тьюторской деятельности с детьми с ОВЗ.

- Вооружить родителей практическими техниками коучинга и консультирования, позволяющими оказывать квалифицированную поддержку детям с ОВЗ в процессе профессионального самоопределения и принятия обоснованных решений о будущей карьере.
- Научить родителей эффективно находить, анализировать и адаптировать информацию о мире профессий, образовательных учреждениях и доступных вариантах

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2357**

# Программа психологической поддержки родителей, обучающихся школы-интерната для детей с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) «Мой особенный ребенок»

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Овчинникова Ирина Владимировна,*** *педагог-психолог ГБОУ ЛО «Ларьянская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»*

Программа реализуется с 2024/2025 учебного года на базе ГБОУ «Ларьянская школа-интернат».

Программа направлена на психологическую поддержку и формирование психологической компетентности родителей младших школьников с ограниченными возможностями здоровья (нарушениями интеллекта). Проанализированы и обобщены подходы отечественных и зарубежных исследователей к формированию компетентности родителей младших школьников с ограниченными возможностями развития, апробирован комплект диагностического инструментария, который позволил нам предположить и сопоставить взаимосвязь стилей воспитания родителей и уровней тревожности младших школьников.

Программа психологической поддержки родителей представляет собой комплекс из 28 тематических занятий и двух организационных занятий. При периодичности встреч 3 раза в год, программа реализуется в течение 5 лет. Предполагаемая продолжительность занятия 40 минут.

Программа проходит апробацию посредством организации констатирующего эксперимента (56 участников) и формирующего эксперимента (56 участников).

Результативность программы представлена количественными показателями (сравнительный анализ результатов участников до и после констатирующего эксперимента) и качественными показателями (отзывы участников консультирования, успешность выполнения техник и упражнений).

**Цель и задачи программы**

**Цель программы:** создание основы для полноценного общения родителей с детьми с особым психическом статусом, повышения уровня психологической культуры и психологической компетентности родителей, активного включения родителей в школьную жизнь ребенка.

Задачи:

- Преодоление барьеров в общении у участников программы, создание благоприятной психологической атмосферы в системе «школа-семья-ребенок»;
- Повышение мотивации у родителей к самостоятельному поиску способов решения задач воспитания и развития детей с особенностями развития;
- Создание условий для изучения особенностей детско-родительских отношений;
- Формирование адекватного представления у родителей о возможностях, потребностях и перспективах развития каждого ребенка с интеллектуальными нарушениями;
- Формирование у родителей адекватного уровня притязаний, повышение уровня психологической культуры и компетентности родителей в области эмоционально-волевой и коммуникативной сферы обучающихся школы-интерната;
- Формирование у родителей базиса психологических знаний, умений и навыков межличностного взаимодействия с ребенком, имеющим нарушения интеллекта;
- Снятие психоэмоционального напряжения у всех участников программы.

**Целевая аудитория**

Родители (законные представители) детей школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

Целевая группа: родители (законные представители) обучающихся школы-интерната для детей с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью). Противопоказаний на участие в освоении программы нет. Оптимальное количество участников: 30 человек.

**Описание используемых методик, технологий, инструментария**

- тест-опросник родительского отношения ОРО (авторы А.Я. Варга, В.В. Столин);
- тест тревожности «Выбери нужное лицо» (авторы М. Дорки, Р. Теммл, В. Амен);
- групповые занятия с элементами тренинга;
- психолого-педагогические консультации.

Предлагаемые приемы и формы работы подобраны таким образом, что они могут эффективно применяться в офлайн и онлайн форматах.

**Сроки, этапы и алгоритм реализации программы**

Данный курс рассчитан на 5 лет по 3 занятия в год. В промежутках между занятиями родители (законные представители) могут по запросу получать консультации психолога по актуальным вопросам развития, воспитания, обучения несовершеннолетних и формам построения эффективных детско-родительских отношений. Кроме этого, на информационных стендах, а также на сайте школы-интерната, в школьном сообществе в ИКОП «Сферум» в национальном мессенджере MAX размещается вся информация по работе в рамках психологического просвещения родителей.

Работа по программе возможна в двух форматах:

- в режиме очных встреч, продолжительностью одного занятий до 2 часов;
- в дистанционном формате через знакомство с лекционным, видеоматериалом и выполнением упражнений, онлайн-встречи.

**Направления реализации программы**

- взаимодействие с родителями в вопросах повышения компетенции по возрастной психологии и педагогике;
- проведение индивидуальных консультаций с родителями;
- просветительская работа с педагогами по формированию ценностного поля взрослых и детей, укреплению семейных ценностей.

**Структура и содержание программы**

Программа состоит из трёх блоков: установочный, конструктивно- формирующий, завершающий и включает в себя 15 тренинговых занятий. Занятия взаимосвязаны и имеют логику построения.

Структура занятия:

1) Сближение, настройка. Включает короткие по времени коммуникативные игры, которые проводятся в кругу. Они помогают участникам преодолеть психологические барьеры в общении: волнение, тревога, скептицизм, застенчивость, и включиться в активную конструктивную деятельность.
2) Теоретическая часть. В этой части родителям получают теоретические знания по теме. Это делается опосредованно, в процессе дискуссий, обсуждений, обмена опытом.
3) Практическая часть. Ведущий знакомит участников с играми, упражнениями, которые можно использовать с детьми в домашней обстановке.
4) Релаксация. Используются релаксационные упражнения, аутотренинги, этюды на снятие эмоционального и мышечного напряжения. Они помогают участникам расслабиться, снять усталость в конце дня.
5) Рефлексия. Родителям предлагается анкетирование, чтобы получить от них обратную связь по ходу работы.

**Учебно-тематический план**

| № | Наименование темы | Всего часов* | В том числе | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Теоретических | Практических |
| **1.** | «Давайте познакомимся!» | 40 мин | - | 40 мин |
| **2.** | «Познай себя» | 40 мин | - | 40 мин |
| **3.** | «Наша семья» | 40 мин | - | 40 мин |
| **4.** | «Мой ребенок» | 40 мин | - | 40 мин |
| **5.** | «Родительская миссия» | 40 мин | 5 мин | 30 мин |
| **6.** | «Основы позитивного общения» | 40 мин | 5 мин | 30 мин |
| **7.** | «Всё в моих руках!» | 40 мин | - | 40 мин |
| **8.** | «Мы такие разные!» | 40 мин | 5 мин | 30 мин |
| **9.** | «Трудности общения: агрессивный ребёнок». | 40 мин | 5 мин | 30 мин |
| **10.** | «Как помочь застенчивому ребёнку». | 40 мин | 5 мин. | 30 мин |
| **11.** | «Если ребёнок тревожный». | 40 мин | 5 мин. | 30 мин |
| **12.** | «Что такое детские страхи?» | 40 мин | 5 мин | 30 мин |
| **13.** | «Если ребенок гиперактивный.Как быть?» | 40 мин. | 5 мин | 30 мин |
| **14.** | «Как подготовить ребёнка к обучению школе по АООП?» | 40 мин. | 5 мин | 30 мин |
| **15.** | «Завершение». | 40 мин. | - | 40 мин |

**Ожидаемые результаты реализации программы**

1. Формирование устойчивого сообщества родителей:
   1) Создание неформального, самоподдерживающегося родительского сообщества (клуба), которое будет функционировать как при непосредственной поддержке специалистов, так и за счет внутренней инициативы родителей. Это сообщество сможет оказывать взаимную поддержку, обмениваться опытом, организовывать совместные проекты.
   2) Специалисты школы-интерната будут способствовать долгосрочной социальной поддержке для родителей, снижению их психоэмоционального выгорания, повышению их способности справляться с трудностями без постоянного внешнего вмешательства. Планируется создание «института наставничества» среди опытных родителей для новичков, родителей первоклассников, среди родителей детей, находящихся на домашнем (индивидуальном) обучении. Предполагаем, что будет выявлено статистически значимое повышение уровня психолого-педагогической компетентности и вовлеченности родителей экспериментальной группы.
2. Повышение психолого-педагогической культуры семьи:
   1) Планируется увеличение знаний родителей, обучающихся с интеллектуальными нарушениями, но и интериоризация (присвоение) родителями новых ценностей, установок и поведенческих паттернов в воспитании.
   2) Ожидается плавный переход от ситуативной помощи к формированию стабильного, развивающего семейного микроклимата. Эти явления способны оказывать влияние на гармоничное развитие детей в долгосрочной перспективе, снижение риска вторичных отклонений, что может привести к лучшей адаптации обучающихся к изменениям.
3. Развитие детей в рамках сензитивных периодов и подготовка к самостоятельности:
   1) Изменение/получение: Программа будет адаптирована с учетом возрастных изменений детей (переход от младшего к среднему, а затем к старшему школьному возрасту) и их специфических потребностей. Это позволит родителям эффективно сопровождать детей на каждом этапе развития, включая вопросы полового воспитания, профориентации и подготовки к частичной или полной самостоятельности.
   2) Влияние: Максимальное развитие потенциала каждого ребенка с учетом его возраста и особенностей развития, его психического и физического статуса, а в перспективе — формирова-

ние более высокого уровня бытовой и социальной компетентности, подготовка к интеграции в общество после выпуска из школы- интерната.

4. Снижение частоты и интенсивности поведенческих девиаций у детей:
   1) статистически значимое снижение устойчивых форм девиантного поведения (агрессия, аутоагрессия, асоциальные проявления), что является прямым следствием улучшения эмоционального состояния ребенка, снижение уровня тревожности и качества детско-родительских отношений.
   б) влияние: улучшение дисциплины в школе, повышение безопасности, более эффективное освоение учебной программы, формирование социально приемлемого поведения.
5. Обогащение базы методических разработок и тиражирование опыта:
   а) За 4 года будет накоплен значительный опыт, разработаны и апробированы новые формы и методы работы с родителями умственно отсталых детей. Это позволит создать полноценную, научно обоснованную методическую базу, пригодную для тиражирования в других интернатных учреждениях.
   б) Распространение успешных практик, повышение качества работы с семьями детей с ОВЗ в масштабах региона или страны.
6. Становление школы-интерната как ресурсного центра для семей с детьми с ОВЗ:
   1) Изменение/получение: Укрепление имиджа школы как современного, инклюзивного учреждения, предоставляющего не только образовательные, но и комплексные психолого-педагогические услуги семьям.
   2) Влияние: Привлечение квалифицированных кадров, повышение престижа учреждения, расширение возможностей для привлечения дополнительного финансирования и ресурсов.

Таким образом, продолжение программы на протяжении 4 лет позволит перейти от точечной коррекции к системному и устойчивому преобразованию детско-родительских отношений и всей образовательной среды, создавая прочную основу для полноценной жизни и самореализации умственно отсталых детей.

**Факторы, влияющие на достижение результатов программы**

- соответствие компетенций специалиста, требованиям профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»;
- опыт ведения практических занятий в течение 2 лет;
- высокий уровень мотивации родителей к участию в программе;
- достаточная материально-техническая оснащенность.

**Научно-практическая значимость**

Научная значимость: Расширение теоретических представлений о факторах, влияющих на уровень тревожности у детей, обучающихся в школах-интернатах, а также о роли родительской компетентности и форм взаимодействия семьи и школы в коррекции данного состояния.

Практическая значимость: Разработка и апробация эффективной модели родительского клуба, которая может быть внедрена в практику работы школ-интернатов для снижения тревожности у воспитанников, улучшения детско-родительских отношений и повышения эффективности работы с семьей. Результаты исследования послужат основой для методических рекомендаций психологам, педагогам и администрации интернатных учреждений.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2356**

# Программы работы психолога с педагогическими коллективами и педагогами

## Психолого-педагогическая программа «Союз профессионалов»

**I место**

**Авторы — победители Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Агаева Алана Сослановна,*** *педагог-психолог МАУДО «Центр дополнительного образования города Владикавказа» структурное подразделение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи диагностики и консультирования «Доверие»*

***Гобаева Илона Робертовна,*** *педагог-психолог МАУДО «Центр дополнительного образования города Владикавказа» структурное подразделение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи диагностики и консультирования «Доверие»*

***Кабулова Нона Отаровна,*** *педагог-психолог МАУДО «Центр дополнительного образования города Владикавказа» структурное подразделение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи диагностики и консультирования «Доверие»*

***Соболева Оксана Ониковна,*** *педагог-психолог МАУДО «Центр дополнительного образования города Владикавказа» структурное подразделение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи диагностики и консультирования «Доверие»*

***Хатаева Зоя Валерьевна,*** *педагог-психолог МАУДО «Центр дополнительного образования города Владикавказа» структурное подразделение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи диагностики и консультирования «Доверие»*

Программа «Союз профессионалов» разработана и модифицирована для педагогических коллективов г. Владикавказа на основе современных исследований в области возрастной и педагогической психологии, отечественной и зарубежной практики поддержки профессионалов сферы образования, а также лучших практик повышения психологической компетентности педагогических коллективов. Основой разработки стали научно обоснованные подходы ведущих российских ученых и практиков. Кроме того, программа была адаптирована с учетом рекомендаций Министерства просвещения РФ и Всероссийского центра мониторинга и статистики образования (ВЦИОМ). Программа имеет профилактическую психолого-педагогическую направленность.

Программа «Союз профессионалов» представляет собой важный и полезный ресурс для образовательных учреждений города. Она основывается на современных исследованиях и рекомендациях, касающихся поддержки педагогов. Хотя есть возможности для дальнейшего развития, уже имеющиеся элементы делают программу интересной и ценной для педагогов, находящихся в сложной эмоциональной ситуации. Рекомендовано внедрить данную программу в широком масштабе с возможностью последующего анализа ее эффективности и внесения соответствующих корректировок.

Представленная программа может быть актуальной и востребованной в современном российском образовательном пространстве, обеспечивая реальную помощь педагогическому сообществу в укреплении собственного потенциала и обеспечении высокого уровня профессиональной пригодности.

**Отличительной особенностью** программы «Союз профессионалов» является её интегративный характер, влияющий на профессионализм и психологическое состояние педагогов. Ключевые отли-

чительные черты программы: комплексный подход к обучению, акцент на индивидуальный подход, интерактивные и активные формы обучения, реалистичные сценарии и моделирование ситуаций, поддержка личностного роста и мотивации участников программы.

**Новизна программы** заключается в особом внимании к процессу сотрудничества опытных педагогов с молодыми специалистами. Программа предполагает активное включение молодого поколения педагогов в совместное творчество и поддержку со стороны старших коллег. Опытные педагоги передают своим начинающим коллегам лучшие практики, помогают разобраться в сложных ситуациях, поддерживают инициативу и стремление к совершенствованию.

**Целевая аудитория**

Педагогические работники образовательных организаций общего среднего звена.

**Целевая группа**

- Молодые специалисты,
- Учителя начальных классов,
- Преподаватели средних и старших классов,
- Классные руководители,
- Заместители директоров по учебно-воспитательной работе,
- Педагоги дополнительного образования.

Участие в программе открыто для педагогов любых категорий и специализаций, заинтересованных в собственном профессиональном и личностном развитии, желающих укрепить свои психологические ресурсы и стать более эффективными и уверенными в своей работе.

**Цель и задачи программы**

Целевое направление программы «Союз профессионалов» ориентировано на всестороннее повышение психологической компетентности и эмоциональной устойчивости педагогических коллективов образовательных организаций. Основное предназначение программы заключается в обеспечении педагогов необходимыми знаниями, умениями и технологиями, позволяющими успешно управлять собственными эмоциями, предотвращать возникновение конфликта и эффективно строить коммуникацию с учениками, коллегами и родителями.

**Задачи программы:**

- Формирование психологической компетентности педагогов;
- Развитие навыков построения эффективного взаимодействия;
- Предупреждение эмоционального выгорания;
- Укрепление сплоченности педагогического коллектива;
- Повышение личной эффективности педагогов;
- Распространение и обмен позитивного опыта.

Решение указанных задач позволит существенно повысить квалификацию педагогов, снизить вероятность эмоционального выгорания и обеспечить комфортные условия для осуществления высококлассного образовательного процесса.

**Этапы и алгоритм реализации программы**

| № п/п | Этапы | Содержание деятельности |
|---|---|---|
| 1 | **Этап подготовительный** | • Определение целей и задач программы.<br>• Составление плана мероприятий.<br>• Подбор методик и материалов.<br>• Формирование групп участников.<br>• Информирование педагогов о программе и приглашение к участию. |

| № п/п | Этапы | Содержание деятельности |
|---|---|---|
| 2 | **Этап диагностический** | • Проведение анкетирования и тестов.<br>• Наблюдения за поведением педагогов в рабочем процессе.<br>• Сбор информации о состоянии внутриколлективных отношений. |
| 3 | **Этап коррекционно-развивающий** | • Проведение минилекций и профилактических бесед по основным разделам программы.<br>• Участие в тренингах и выполнение практических заданий.<br>• Решение кейсов и обсуждение ситуаций из реальной педагогической практики.<br>• Просмотр видеофрагментов по теме программы.<br>• Получение индивидуальных консультаций психолога. |
| 4 | **Этап диагностический (итоговый)** | • Повторное анкетирование и тесты.<br>• Анализ динамики изменений в поведении и отношении педагогов.<br>• Обсуждение итогов программы и получение обратной связи от участников.<br>• Представление отчетов и докладов о результатах программы на педагогических советах и методических объединениях. |

**Методическое обеспечение реализации программы**

Предлагаемая программа построена на принципах активного вовлечения педагогов в процесс приобретения знаний и овладения новыми умениями. Основной упор делается на практические задания, ролевые игры, интерактивные формы работы, групповую динамику и опыт непосредственного участия в тренингах. Таким образом, обеспечивается максимальное погружение участников в ситуацию и высокая степень усвоения материала.

Методы реализации программы

1. Активные формы обучения: игровые методики; имитационные модели; творческие задания; интерактивные презентации и дискуссии.
2. Интерактивные формы работы: групповые обсуждения и дебаты; мозговой штурм; кейс-метод.
3. Рефлексия и обратная связь: самооценочный лист; индивидуальная консультация с экспертом; фокус-группа.

**Описание психодиагностического инструментария**

Для оценки текущего состояния педагогов и отслеживания динамики изменений в ходе реализации программы используются следующие психодиагностические методики:

1. Тест «Самочувствие—Активность—Настроение» (САН)
2. Методика диагностики типа поведения в конфликте Томаса-Килмана (TKI)
3. Опросник на оценку уровня тревожности Спилбергера-Ханина

**Срок реализации программы**

Модифицированная программа, профилактического уровня апробирована педагогами — психологами Центра П/ПМС помощи «Доверие» в течение одного учебного года (2024–2025 учебный год). Общий объем программы составляет 12 часов, занятия проводятся в течение учебного года в каникулярное время 2 раза в неделю, каждая встреча длится 2 часа.

**Учебно-тематический план программы**

| № п/п | Название разделов | Цель, задачи | Кол-во часов | Форма проведения |
|---|---|---|---|---|
| **Психолого-педагогическое сопровождение учащихся** | | | | |
| 1 | Вводное занятие «Здравствуй группа!» | Формирование в педагогическом коллективе благоприятный психологический микроклимат, способствующий сохранению и укреплению психического здоровья педагогов. | 2 | Тренинг, первичная диагностика |

| № п/п | Название разделов | Цель, задачи | Кол-во часов | Форма проведения |
|---|---|---|---|---|
| 2 | «Мы — команда» | Сплочение педагогического коллектива, построение эффективного командного взаимодействия; создание благоприятного психологического климата, преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков; ознакомление педагогов с тимбилдингом, как средством формирования коллектива. | 2 | Тренинг |
| 3 | Большая психологическая игра «Идеальная школа» | Исследование социально-педагогического климата в педагогическом коллективе, актуализация профессиональной роли каждого члена коллектива, содействие сплочению и формированию команды. | 2 | Тренинг |
| 4 | «Роль педагога в формировании ситуации успеха, обучающего в образовательной организации» | Обучение педагогов приемам профессионального поведения, направленного на формирование ситуации успеха, обучающегося в контексте его общей парадигмы достижения успеха. | 2 | Тренинг |
| 5 | «Методы сохранения профессиональной эффективности и личного ресурса» | Предотвращение профессионального выгорания путем внедрения комплекса профилактических мероприятий, направленных на оптимизацию трудового процесса, улучшение условий труда, повышение уровня психологической устойчивости сотрудников и формирование культуры заботы о личном психоэмоциональном состоянии. | 2 | Тренинг |
| 6 | «Профилактика профессионального выгорания» | Формирование в педагогическом коллективе благоприятного психологического микроклимата, способствующего сохранению и укреплению психического здоровья педагогов. | 2 | Тренинг, итоговая диагностика |
| | **Итого кол. часов** | | **12** | |

## Ожидаемые результаты реализации программы «Союз профессионалов»

Реализация программы направлена на достижение ряда важных результатов, способствующих профессиональному развитию педагогов и созданию комфортной среды в образовательных учреждениях.

Планируемые результаты:

1. Повышение психологической компетентности педагогов.
2. Укрепление команды и повышение сплоченности педагогического коллектива.
3. Предотвращение и преодоление эмоционального выгорания.
4. Преодоление конфликтов и напряженных ситуаций.
5. Совершенствование управленческой культуры и самоорганизации.
6. Применение полученных знаний и навыков на практике.
7. Привлечение молодых кадров и адаптация начинающих педагогов.
8. Организация системного повышения квалификации и стимулирование инновационной деятельности.
9. Реализация стратегии устойчивого развития образовательных учреждений.

Реализация программы «Союз профессионалов» призвана оказать значительное положительное влияние на профессиональное становление педагогов, повышение их мотивации и удовлетворение трудом, улучшение условий обучения и воспитания подрастающего поколения.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов программы «Союз профессионалов»**

Для комплексной оценки результатов программы используются как количественные, так и качественные критерии. Каждый критерий играет особую роль в определении эффективности и значимости программы.

**Количественные:** Результат входящей и итоговой диагностики

- Психологическая компетентность педагогов
- Эмоциональная устойчивость педагогов
- Навыки эффективной коммуникации и взаимодействия
- Командообразование и сплочённость педагогического коллектива

По каждому критерию проводился сравнительный анализ данных до начала программы и после завершения курса. Данные обрабатываются статистически, что позволяет выявить значимые изменения в каждой категории. Регулярные замеры и мониторинг способствуют своевременной коррекции программы и достижению максимальных результатов.

Помимо количественных критериев, важное значение имеют качественные характеристики, которые позволяют оценить глубину изменений и реальный эффект программы на жизнь педагогов и образовательный процесс.

**Качественные:**

- Изменения в психологической компетентности педагогов
- Эмоциональная стабильность и чувство удовлетворения профессией
- Эффективность взаимодействия в команде
- Образовательные результаты учеников
- Организационная культура и корпоративный дух
- Отзывы участников

Все перечисленные качественные критерии являются важнейшими показателями реального влияния программы на жизнь педагогов и школы в целом. Их регулярный мониторинг позволит своевременно вносить коррективы и повышать общую эффективность программы.

Использование совокупности качественных и количественных критериев позволяет комплексно оценить эффективность программы «Союз профессионалов», выявить возможные препятствия и предложить пути их преодоления.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2357**

# Психолого-педагогическая программа личностного роста и профилактики профессионального выгорания у педагогов «Путь к себе»

**II место**

**Авторы — призеры Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Пазынина Лидия Михайловна,*** *педагог-психолог КГБОУ «Школа-интернат № 2», г. Хабаровск*
***Нам Константин Николаевич,*** *педагог-психолог КГБОУ «Школа-интернат № 2», г. Хабаровск*

Настоящая психолого-педагогическая программа личностного роста и профилактики профессионального выгорания у педагогов «Путь к себе» была разработана и успешно апробирована на базе краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения, реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа-интернат № 2».

Программа предназначена для организации просветительской и профилактической работы среди педагогов, испытывающих трудности в профессиональном становлении и развитии своего личностного потенциала.

Профессия педагога относится к помогающим профессиям, то есть она направлена на передачу знаний, помощь другим людям, нахождение и решение их проблем, ежедневная необходимость в сочувствии и сопереживании. На учителей возложена большая моральная ответственность. Совокупность указанных факторов часто становится причиной развития синдрома эмоционального выгорания.

Представление о себе у педагогов с эмоциональным выгоранием искажено. Они испытывают недовольство собственной персоной, неспособны отстаивать личные границы, склонны игнорировать собственные потребности и теряют контакт со своим подлинным «Я».

В просветительской программе по развитию личностного роста и профилактике эмоционального выгорания «Путь к себе» каждое занятие рассчитано на 2 академических часа, что позволяет закрепить полученные навыки и повысить психологическую грамотность педагогов. Предпочтительная форма занятий — групповая (10–12 человек). Это дает возможность психологу проработать глубинно личные запросы от педагогов, оказать психологическую поддержку участникам группы, дать персонализированную обратную связь.

Общая аудиторная нагрузка составляет 34 часа.

В рамках реализации программы «Путь к себе» используются такие приемы как метод личностной перспективы, анализ конфликтных ситуаций, развитие конструктивной мотивации у педагогов, сплочение педагогических кадров.

Программа направлена на формирование и развитие у педагогов навыков саморегуляции, эффективного управления собственным психоэмоциональным состоянием, укрепление позитивного самовосприятия, стабилизацию самооценки и преодоление чувства стыда. Данные умения играют ключевую роль в профессиональной деятельности педагогов, руководителей образовательных учреждений и педагогов-психологов.

## 2. Целевой раздел

### 2.1. Обоснование необходимости реализации программы

Программа разработана по результатам диагностического исследования педагогического коллектива «эмоциональное выгорание», результаты которого показали, что педагогические работники,

находящиеся в «зоне риска», они недостаточно гибкие, неспособны к интроекции и с трудом вовлекаются в групповую задачу.

В настоящее время особое внимание уделяется модернизации российского образования, главная цель которой — повышение его качества. Одной из задач психологической службы является оказание психологической профилактической помощи педагогам с целью предупреждения у них эмоционального выгорания, которое является одной из наиболее распространенных преград к профессионализму, творчеству и самореализации педагога.

Эмоциональное выгорание — это состояние физического, эмоционального, умственного истощения, это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия.

Синдром эмоционального выгорания развивается на разных этапах осуществления профессиональной деятельности педагога и не зависит от стажа работы, его возможности диагностировать на разных стадиях. Своевременная профилактика и коррекция снижает негативные последствия синдрома эмоционального выгорания.

В связи с этим организация работы по сохранению психического здоровья педагогов является одной из наиболее актуальных задач современной системы образования, а проблема эмоциональной саморегуляции — одной из важнейших психолого-педагогических проблем, актуальных для личностного и профессионального развития современного педагога.

Данная программа направлена на формирование навыков саморегуляции, управления собственным психоэмоциональным состоянием, а также навыков позитивного самовосприятия. Все развиваемые в данной программе навыки необходимы в профессиональной деятельности как педагогам, руководителям образовательных учреждений, так и самим педагогам-психологам.

**Актуальность** проблемы профессионального выгорания подчеркнута в профессиональном стандарте педагога, где указано, что учитель играет ведущую роль в реформировании системы образования, осваивая новые виды трудовой деятельности, включая работу с обучающимися, имеющими особые образовательные потребности и ограниченные возможности здоровья.

Профессиональный стандарт определяет ряд ключевых компетенций учителя, необходимых для успешного выполнения образовательной деятельности, среди которых выделяются:

- «готовность учить всех без исключения детей, вне зависимости от их склонностей, способностей, особенностей развития, ограниченных возможностей»;
- «готовность принять разных детей, вне зависимости от их реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья. Профессиональная установка на оказание помощи любому ребенку».
- По данным о людях с ограниченными возможностями здоровья в России за 2024 год, по информации вице-премьера Т. Голиковой, в стране проживают:
- 775 тысяч детей с инвалидностью;
- численность обучающихся с инвалидностью и ОВЗ превысила 583 тысячи человек.

Учитывая статистические данные, отражающие ежегодное увеличение детей с ОВЗ, значимость деятельности по предупреждению синдрома эмоционального выгорания у педагогов, работающих данной с категорией обучающихся, приобретает особую актуальность. Также актуальность программы определяется тем, что профессия учитель относится к разряду стрессогенных, требующих от него больших резервов самообладания и саморегуляции. Профессиональная деятельность педагогов вызывает эмоциональное напряжение, которое проявляется в снижение устойчивости психических функций и понижение работоспособности. Низкий уровень психической культуры, недостаточное развитие коммуникативных способностей, навыков саморегуляции приводит к тому, что значительная часть педагогов (в соотношение с другими профессиями) страдает болезнями стресса — многочисленными соматическими и нервно психическими болезнями.

Одной из важнейших психолого-педагогических проблем, актуальных для личностного и профессионального развития современного педагога, остается проблема эмоциональной саморегуля-

ции. В связи с этим огромное внимание необходимо уделять организации целенаправленной работы по сохранению психического здоровья педагогов работающих с категорией детей с ОВЗ по зрению, которая должна опираться на глубокое знание всей системы основных факторов, определяющих формирование и развитие личности профессионала.

При разработке программы нами была проведена диагностика эмоционального выгорания педагогов на базе школы-интерната №2 (Приложение 3. Аналитическая справка). Результаты диагностики представлены педагогическому коллективу на педагогическом совете, доведены до сведения администрации.

### 2.2. Участники программы

Педагоги школы-интерната в возрасте от 30–60 лет с синдромом профессионального выгорания.

### 2.3. Описание целей и задач

**Цель программы:** развитие личностного роста и профилактика эмоционального выгорания у педагогов школы-интерната 2.

**Задачи программы:**

1) развитие информационно-теоретической компетентности педагогов;
2) обучить педагогов психотехническим приемам саморегуляции негативных эмоциональных состояний;
3) развить у педагогов мотивацию к профессиональному самосовершенствованию личности через повышение самооценки, снятие тревожности;
4) способствовать сохранению в педагогическом коллективе благоприятного психологического микроклимата, снижению уровня конфликтности, агрессивности;
5) развивать систему профилактики стрессовых ситуаций, эмоционального выгорания в педагогической среде.

### 2.4. Научные, методологические и методические основания программы

В основе практикума идеи Е.Е. Алексеевой, У. Баера, И.В. Вачкова, Е.А. Колесникова, Т.Ю. Колошиной, Х. Кэдьюсон, Л.Д. Лебедевой, Ю.Н. Рытенкова, А.А. Трусь, Ч. Шефер, Е.И. Ярошенко и т.д.

Отечественные ученые также активно изучают проблему выгорания (В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, В.Е. Орёл и др.). Под синдромом выгорания ими понимается реакция специалиста на длительный производственный стресс, который, в свою очередь, возникает под влиянием множества факторов, причем как организационных (условия труда), так и личностных (способности и возможности человека противостоять стрессу). Симптоматика выгорания в работах данных авторах представлена более подробно: так, по мнению Н.Е. Водопьяновой, выгорание представляет собой сложный комплекс негативных психических переживаний, которые отражаются на самочувствии, работоспособности и межличностных отношениях специалиста. В.В. Бойко считает эмоциональное выгорание симптомом профессиональной деформации, проявляющейся в психологической защите в форме исключения эмоций в ответ на психотравмирующее воздействие. Вместе с тем, как отечественные, так и зарубежные авторы рассматривают выгорание, прежде всего, применительно к сфере трудовой деятельности, считая его феноменом профессий преимущественно сферы «человек-человек», предполагающей активное общение и взаимодействие с людьми, и отмечают, что ее специфика привносит свои характерные особенности в это состояние специалиста. Однако вне зависимости от специфики труда, на основе обобщения и анализа теоретических положений в данном феномене можно выделить ядро, уровни личности и характерные поведенческие и психологические и другие отклонения. Ядром эмоционального выгорания является противоречие между мотивацией, ценностным отношением человека к профессиональной деятельности и его возможностями осуществлять ее в соответствии с требованиями, условиями рабочей среды.

Джеррольд С. Гринберг следующим образом охарактеризовал стадии выгорания:

- первая стадия проявляется постепенным снижением удовлетворенности от работы, активности, однако продуктивность пока сохраняется за счет мобилизации ресурсов человека;

- вторая стадия характеризуется выраженной усталостью, проявлением отдельных симптомов депрессии;
- на третьей стадии специалист ощущает изможение, подавленность, нередко озлобленность и агрессию;
- на четвертой стадии проявляются новые и обостряются хронические болезни, работоспособность резко падает, ухудшаются взаимоотношения с коллегами и близкими;
- пятая стадия приводит к выраженным проявлениям, при которых, как правило, требуется медицинская помощь, длительный период восстановления, в противном случае человек прекращает работу и уходит в социальную изоляцию.

Таким образом, рассмотрение методологических и методических оснований выявления эмоционального выгорания работников в современных условиях профессиональной деятельности показывает, что к решению проблемы необходим целостный и комплексный подход с учетом как личностных рисков выгорания, так и особенностей рабочей среды и специфики деятельности.

### 3. Структура и содержание программы

Данная программа включает в себя 17 занятий. Занятия проводятся с группой педагогов. Структура каждого занятия включает в себя следующие этапы: шеринг, лекционная часть, практические упражнения и рефлексия.

**Работа группы строится на принципах:**

- Принцип «здесь и сейчас»: участники фокусируются на текущих переживаниях и событиях.
- Искренность и открытость: атмосфера доверия и честности.
- Принцип «Я»: каждый участник выражает собственное мнение и ощущения.
- Активность: активное участие всех членов группы.
- Творчество: поощрение креативных подходов и нестандартных решений.
- Конфиденциальность: соблюдение тайны личной информации участников.

### 4. Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы

Противопоказанием для проведения занятий являются психиатрические заболевания.

### 5. Способы обеспечения гарантии прав участников программы

Программа по профилактике эмоционального выгорания педагогов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья, разработана с учетом следующих нормативно-правовых документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Профессиональный стандарт педагога-психолога (психолог в сфере образования), утверждённый приказом Минтруда России от 24.07.2015 №514н;
- Санитарные правила СП.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Минпросвещения России от 28.12.2020 № Р-193 «Об утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации»);
- Концепция развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 20230 года;
- Письмо от 20 августа 2019 года № ИП-941/06/484 Министерства просвещения Российской Федерации «О примерном положении о нормах профессиональной этики педагогических работников»;
- Распоряжение министра образования и науки Хабаровского края «Об утверждении регионального плана по развитию системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образова-

ния и среднего профессионального образования в Хабаровском крае на период до 2030 года» от 27.02.2025 № 188;

- Нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность педагога-психолога образовательного учреждения.

## 6. Сфера ответственности основных прав и обязанностей участников программы

*Обязанности педагога-психолога:*

- осуществляют профессиональную деятельность, направленную на сохранение психического, соматического и социального благополучия педагогов в процессе реализации программы;
- проводят психологическую диагностику (первичную, итоговую), знакомит специалистов с результатами диагностики;
- следуют принципу конфиденциальности — не разглашает результаты диагностики, личные данные третьим лицам;
- ведут необходимую документацию на протяжении всего времени реализации программы.

*Права:*

- подбирать упражнения, техники, игры в зависимости от психической реальности педагогов;
- обмениваться информацией со специалистами смежных специальностей в интересах педагогов.

*Педагоги*

*Права и обязанности:*

- участвовать в реализации программы, присутствовать на занятиях, во время диагностического обследования;
- знакомиться с ходом и содержанием данной программы, с рекомендациями по развитию личностного роста педагогов.

## 7. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы

*Требования к специалистам, реализующим программу:*

педагог-психолог, должен иметь высшее профессиональное образование по одному из вариантов программ подготовки:

- по специальности «Психолог образования»;
- по направлению «Педагогика» по образовательным программам подготовки бакалавра или магистра в области психологического сопровождения образования лиц с ОВЗ;
- владеет навыками консультирования;
- прошел курсы повышения квалификации на тему: «Эмоциональное выгорание»;
- педагог-психолог прошедший личную терапию.

*Требования к материально-технической оснащённости учреждения для реализации программы:*

*Оборудование кабинета:*

- стулья;
- компьютер;
- музыкальный проигрыватель;
- дидактический материал (метафорические карты, дневник чувств, дневник благодарности и т.д.).

## 8. Ожидаемый результат реализации программы

Практическая значимость программы заключается в том, что процессе ее реализации специалисты образовательного учреждения смогут сформировать методическую базу по профилактике синдрома эмоционального выгорания и личностного роста. Эта база будет включать различные инструменты и материалы: конспекты занятий с элементами тренинга, лекции, навигаторы, чек-листы, буклеты, плакаты, рекомендации, предназначенные специально для педагогов. Использование

данных материалов позволит снизить риск возникновения эмоционального выгорания и укрепить психологическое здоровье педагогов.

Ожидаемые результаты от внедрения и реализации программы

1. Повышение уровня информационно-теоретической компетентности педагогов.
2. Нормализация психологического климата в педагогическом коллективе, эмоциональная стабильность педагогов и коллектива в целом.
3. Овладение педагогами психотехническими приемами саморегуляции негативных эмоциональных состояний.
4. Повышение самооценки, стрессоустойчивости, работоспособности, снижение уровня тревожности, эмоциональной напряженности, утомления.
5. Снижение уровня конфликтности, агрессивности в педагогическом коллектив.
6. Повышение мотивации и удовлетворенности профессиональной деятельности.
7. Реализация программы будет способствовать снижению текучести кадров.

## 9. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

В основу внутреннего контроля входит диагностика эмоционального выгорания, разработан на основе модели К. Маслач и С. Джексон «Методика диагностики профессионального выгорания», «Методика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, в рамках программы «Путь к себе», побуждение педагога к совершенствованию результатов своей деятельности, поиску новых возможностей.

Определены следующие формы внутреннего контроля:

- собеседование с педагогом-психологом и специалистами школы-интерната;
- посещение занятий.

Внутренний контроль в виде мониторинга предусматривает сбор, системный учёт, обработку и анализ информации о реализации программы.

## 10. Критерии оценки достижения планируемых результатов

*Качественные критерии:*

- проведение диагностического обследования методом тестирования, интервью;
- разработка и распространение методических материалов (буклеты, памятки и т.д.);
- проведение семинаров, занятий с элементами тренинга, тематических бесед о синдроме эмоционального выгорания;
- умение осознанно выбирать оптимальные способы взаимодействия с педагогами;
- расширение знаний и представлений у педагогов о способах снятия эмоционального напряжения.

*Количественные критерии:*

- участие в диагностическом обследовании не менее 80% педагогического коллектива;
- количество выпущенных буклетов, памяток, методических материалов;
- проведение всех плановых занятий;
- присутствие на занятиях 90% количество участников;
- Риск эмоционального выгорания среди педагогов снизится на 15%;
- Сокращение численности педагогических работников обращавшимися за больничным листом на 13%.

Контроль реализации программы осуществляется администрацией, педагогическим советом образовательной организации с привлечением всех субъектов образовательных отношений.

Для контроля используются такие формы как опрос, тестирование, анализ качественных и количественных показателей.

Подведение итогов, анализ достижения, выявление проблем и внесение коррективов в программу осуществляется на школьном методическом объединении педагогов-психологов, школьном педагогическом совете образовательной организации и представляется в форме аналитической справки.

## 11. Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения

Программа личностного роста и профилактике профессионального выгорания у педагогов «Путь к себе» была апробирована на базе КГБОУ ШИ 2 (приложение 4.Фотогалерея).

*Срок апробации:* с сентября 2024 года по май 2025 года

*Срок апробации:* 1 год

Начало занятий: сентябрь 2024года

Окончание занятий: май 2025 года

Количество участников: 12 человек

Ведущий: педагог-психолог.

## 12. Тематическое планирование

| № | Название занятия | Планируемый результат | Содержание |
|---|---|---|---|
| 1 | Треугольник Карпмана | Рассмотреть на примерах такой способ контроля как «позиция жертвы», таким образом, чтобы каждый присутствующий мог идентифицировать у себя подобное состояние. | Лекция «Треугольник Карпмана. Выход из драматического треугольника»<br>Дневник чувств<br>Рефлексия. |
| 2 | Я и мой темперамент | Познакомить с типами темперамента; помочь увидеть своеобразие окружающих людей; понять и принять качества своего темперамента. | Упражнения: «Имя по вертикали», «Перебежчики и охранники», «Рисунок на влажной бумаге».<br>Тест «Ваш характер».<br>Мини-лекция «Темперамент — одна из составляющих личности»<br>Сказка «Альпинисты».<br>Дискуссия в малых группах по прочитанной сказке.<br>Упражнения: «Воздушные шарики», «Узелок на память».<br>Рефлексия. |
| 3 | Характерные особенности личности | Исследование своих индивидуальных характерологических особенностей личности. | Лекция «Характер человека»<br>Упражнения: «Моя теневая сторона», «Моя суперсила»<br>Рефлексия. |
| 4 | Неформальное общение | Повышение уровня психологической грамотности, развитие личностного роста у педагогов. | Притча о сплетнях<br>Теоретическая часть «Сплетни, причины и эффекты. Черты выживания»<br>Упражнения: «Иван Иванович», «Портрет сплетника», «Кризисная»<br>Рефлексия. |
| 5 | Преодолевая барьеры презрения | Формирование у участников осознания природы и последствий презрения, развитие навыков эмпатии и принятия различий, снижение уровня агрессивности и улучшения качества межличностных взаимоотношений. | Теоретическая часть «Черты выживания: чувство превосходства, зависть, гордыня. Причины возникновения»<br>Обсуждение ситуаций<br>Упражнения: «Темная и светлая сторона моего ЭГО», «Инвентаризация дефектов характера», «Учимся смирению», «Возмещение ущерба» |

| № | Название занятия | Планируемый результат | Содержание |
|---|---|---|---|
| | | | Д/з «Составить список людей, которым мы причинили ущерб. Написать письмо человеку, которому причинили ущерб». |
| 6 | Принятие ключ к гармонии | Рассмотреть причины стремления человека к принятию обществом.<br>Раскрыть психологические механизмы похвалы и одобрения.<br>Изучить последствия отвержения и способы преодоления чувства непринятости. | Беседа «Отвержение. Причины»<br>Притча «В поисках одобрения»<br>Упражнения: «Мои сильные и слабые стороны», «Эмоциональная шкала одобрения».<br>Техника «Когнитивное переосмысление критики»<br>Медитация благодарности<br>Рефлексия. |
| 7 | Мои обиды | Избавление от чувства обиды, прощение своих обидчиков. | Лекция «Возникновение обид»<br>Техники и приемы по избавлению от обид.<br>Рефлексия. |
| 8 | Стыд | Реагирование и переработка чувства стыда как профилактика эмоционального выгорания у педагогов. | Лекция «Стыд. Виды стыда»<br>Отреагирование стыда.<br>Упражнение «Мне не стыдно»<br>Домашнее задание<br>Рефлексия. |
| 9 | Самооценка и социальная оценка | Развитие умения вступать в контакт с самим собой; занимать позицию независимого наблюдателя по отношению к самому себе и к своей ситуации; формировать позитивное принятие себя. | Беседа «Самооценка»<br>Упражнения: «Я в лучах солнца», «Самохвальство», «Уровень счастья», «Избавление от самокритики», «Принятие себя», «Девиз»<br>Рефлексия. |
| 10 | Я и ценности | Осознание жизненных целей и путей их достижения, развитие навыков самоанализа, закрепление навыков групповой работы. | Упражнение «Рисунок по кругу несуществующего животного».<br>Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева (СЖО).<br>Упражнение «Елочная гирлянда».<br>Мини — лекция «Система ценностей личности».<br>Дискуссия «Треугольник ценностей».<br>Упражнение «Три изменения в одежде».<br>Притча «Духовные ценности».<br>Упражнение «Солнце пожеланий».<br>Рефлексия. |
| 11 | Самопознание и саморегуляция. | Развитие самопознания, рефлексии в группе, формирование положительного эмоционального климата. | Упражнения: «Три имени», «Интервью», «Я — великий мастер», «Я — подарок всему человечеству», «Комиссионный магазин»<br>Рефлексия. |
| 12 | Мой главный секрет. | Развитие эмпатии и способности понимать других. | Упражнения: «Анонимные записки», «Как бы я себя чувствовал, имея такой секрет», «Как бы я поступил»<br>Рефлексия. |
| 13 | Гибкость мышления. | Профилактика эмоционального выгорания педагогов, развитие социальной гибкости. | Динамическая пауза «Миссис Мамбл»<br>Упражнение «Конфликтная ситуация», упражнение-тренажер «Тест Струпа»<br>Беседа «Гибкость мышления»<br>Упражнения: «Оригинальный рассказ», «Новые правила»<br>Рефлексия. |

| № | Название занятия | Планируемый результат | Содержание |
|---|---|---|---|
| 14 | Дневник Благодарности. | Развитие ценностных ориентаций у педагогов школы. Развитие духовности. | Лекция «Благодарность»<br>Инструкция заполнения дневника благодарности «День за днем»<br>Рефлексия, а теперь можешь попробовать меня ударить. Но когда тебя придут «вязать» и «паковать» твои «банки» тебе тогда не помогут. |
| 15 | Психологическая разгрузка. | Сплочение коллектива, создание доверительных отношений; Профилактика профессионального выгорания; Развитие коммуникативных умений, эмоциональной сферы; Снятие психоэмоционального напряжения, обретение внутренней гармонии, профилактика негативных последствий хронического стресса у педагогов. | Беседа «Усталость, напряжение»<br>Упражнения: «Обнаружение напряжения», «Ха-дыхание», «Тряпичная кукла», «Энергичный танец»<br>Аутотренинг «Источник внутреннего покоя»<br>Рефлексия. |
| 16 | Коллективная игра «Саботер» | Сплочение коллектива, снятие психоэмоционального напряжения, умение следовать правилам, выстраивать стратегию поведения, умение конструктивно взаимодействовать, договариваться. | Знакомство с правилами игры<br>Игра «Саботер»<br>Рефлексия |
| 17 | Мастер-класс по куклотерапии. | Профилактика эмоционального выгорания, снятие психоэмоционального напряжения, сплочение коллектива. | История изготовления кукол<br>Мастер-класс «Кукла «Желанница»<br>Рефлексия. |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2364**

# Психолого-педагогическая программа «Психопрофилактика профессиональных деформаций педагога образовательной организации посредством психологического тренинга»

**III место**

**Автор — призер Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Коковина Ольга Владимировна,*** *педагог-психолог МБОУ СШ №51 г. Архангельска*

В современных условиях развития образования качественная реализация педагогами своей профессиональной деятельности зависит не только от уровня профессиональной компетентности, но и от психологических характеристик, которые определяют ее направленность и эффективность. Профессиональное становление, как и любой другой процесс развития, приносит педагогу не только совершенствование и психические приобретения, но и деструктивные изменения личности. Большая часть отрицательных новообразований представлена группой изменений, которую многие педагоги и психологи определяют, как профессиональные деформации.

Данная программа направлена на создание условий для предупреждения развития профессиональных деформаций у педагога образовательной организации и включает в себя 9 тренинговых занятий. При периодичности встреч один раз в месяц, программа реализуется в течение учебного года. В ходе проведения тренинговых занятий особое внимание уделяется созданию условий для формирования мотивационного компонента профессиональной деятельности педагога, для активизации его способности к саморазвитию, для формирования стрессоустойчивости и навыков саморегуляции, а также для снижения уровня эмоционального выгорания. Комплексный характер программы тренинговых занятий позволит реализовать работу с учетом актуальных проблем и трудностей педагогов, возникающих в реальных актуальных условиях профессиональной педагогической деятельности в образовательной организации.

**Цель и задачи программы**

**Цель программы**: создание условий для предупреждения развития профессиональных деформаций у педагога образовательной организации посредством психологического тренинга.

**Задачи программы:**

- способствовать созданию условий для формирования мотивационного компонента профессиональной деятельности педагога;
- содействовать созданию условий для активизации способности педагога к саморазвитию;
- стимулировать создание условий для формирования стрессоустойчивости педагога, для снижения уровня эмоционального выгорания;
- способствовать созданию условий для формирования у педагогов навыков саморегуляции.

**Целевая группа:** педагоги образовательных организаций.

**Описание используемых методик, технологий, инструментария**

Перед разработкой данной психолого-педагогической программы нами была изучена научная литература по вопросам разработки и реализации психолого-педагогических проектов и обобщены результаты анализа исследований и опыта психолого-педагогического сопровождения по теме «Психопрофилактика профессиональных деформаций педагога образовательной организации посредством психологического тренинга». Анализ научной литературы позволил нам выделить определенные критерии и показатели наличия у педагога образовательной организации профессиональных

деформаций: мотивационный компонент, поведенческий компонент, когнитивный компонент, эмоциональный компонент:

- для мотивационного компонента характерно устойчивое стремление к успешной реализации педагогической деятельности, наличие осознанной внутренней профессиональной мотивации, а также высокий уровень удовлетворенности профессиональным трудом;
- для поведенческого компонента характерно отсутствие в поведении педагога образовательной организации авторитарности, ригидности, а также способности к самокритике, критике поведения других и критическому отношению к действительности, т.е. некритичности;
- для когнитивного компонента характерно осознанное отношение к предупреждению появления профессиональных деформаций, к личностному развитию, к достижению высоких результатов в педагогической деятельности;
- для эмоционального компонента свойственно отсутствие эмоционального истощения, деперсонализации, а также неприятия собственных достижений

Таким образом, многоплановость проблемы профессиональной деформации определяет использование нескольких методик для определения уровня сформированности профессиональной деформации.

На сегодняшний день в научной литературе представлено значительное число методик, направленных на определение мотивации профессиональной деятельности. Однако в них не учитывается специфика педагогической деятельности, которая во многом вызывает появление тех или иных профессиональных деформаций у педагогов образовательных учреждений. В связи с этим, была использована методика «Мотивация профессиональной деятельности» К. Замфира в модификации А. Реана, так как она является универсальной и может применяться для диагностики мотивации профессионально-педагогической деятельности, поскольку в ее основу положена концепция о внутренней и внешней мотивации, что позволяет оценить все мотивы профессиональной деятельности педагога образовательной организации.

Для определения уровня сформированности когнитивного компонента профессиональной деформации педагога, была выбрана методика «Оценка уровня готовности педагога к развитию» (В.И. Зверева, Н.В. Немова). Проведение данной методики требует минимальных временных затрат, помимо этого, задание данной методики включает в себя вопросы, позволяющие определить уровень сформированности саморазвития педагогов образовательных учреждений.

Для определения уровней сформированности эмоционального выгорания педагогов была использована методика диагностика профессионального «выгорания» К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой). Эта методика активно используется отечественными исследователями уже на протяжении более двух десятков лет. Помимо этого, авторами разработана вариация диагностики для учителей и преподавателей, результаты которой соответствует задачам нашей программы.

На сегодняшний день в отечественных исследованиях практически не представлены комплексные методики, позволяющие определить уровень сформированности различных профессиональных деформаций личности педагога. Анализ научной литературы позволил сделать вывод о том, что основными причинами возникновения профессиональных деформаций у педагогов являются авторитарность, ригидность и некритичность, т.е. неспособность к самокритике, критике поведения других и критическому отношению к действительности, Единственная методика, которая позволяет определить уровни сформированности указанных причин у педагога, является методика диагностики профессиональной деформации личности педагога (В.Е. Орел, С.П. Андреев).

Анализ научной литературы позволил сделать вывод о том, что на основании всех вышеуказанных критериев (мотивационном, когнитивном, эмоциональном, поведенческом) все респонденты могут быть распределены по трем уровням профессиональной деформации.

Педагоги, для которых характерна осознанная и стабильная внутренняя и внешняя профессиональная мотивация, отнесены к конструктивно-прогрессивному уровню. Для данного уровня характерно отсутствие признаков эмоционального выгорания и симптомов становления профес-

сиональных деформаций (авторитарности, ригидности, некритичности), а также у них отмечается соответствующий индивидуальный выбор профессионального саморазвития.

К инструментально-нестабильному уровню профессиональных деформаций отнесены респонденты с неосознанной внешней профессиональной мотивацией, у которых отмечается фрагментарная удовлетворенность своим трудом, а также неосознанные о пути достижения успехов в профессии. Помимо этого, у данной категории педагогов отмечены единичные признаки эмоционального выгорания и частичные симптомы становления профессиональных деформаций (авторитарности, ригидности, некритичности).

Педагоги, у которых была отмечена нестабильная и неосознанная профессиональная мотивация, отнесены к деструктивно-регрессивному уровню. Для данного уровня характерна невыраженная потребность к профессиональному и личностному саморазвитию, отсутствие стремления к занятию педагогической деятельностью. Помимо этого, у педагогов этой категории отмечено большинство признаков наличия эмоционального выгорания и критериев становления профессиональных деформаций (авторитарности, ригидности, некритичности).

С педагогами, у которых определен инструментально-нестабильный уровень сформированности профессиональных деформаций, необходимо проводить мероприятия вторичной психопрофилактики, т.е. комплекс мероприятий, который направлен на устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях могут привести к возникновению и увеличению числа профессиональных деформаций, а также интенсивности их проявления.

С педагогами, у которых определен деструктивно-регрессивный уровень профессиональных деформаций, необходимо проводить мероприятия третичной психопрофилактики, направленных на предупреждение рецидивов проявления профессиональных деформаций. В связи с этим, в апробации программы «Психопрофилактика профессиональных деформаций педагога образовательной организации посредством психологического тренинга» приняли участие педагоги, у которых был определен инструментально-нестабильный уровень сформированности профессиональных деформаций.

**Структура и содержание программы**

Психолого-педагогическая программа «Психопрофилактика профессиональных деформаций у педагогов образовательной организации» включает в себя несколько блоков:

- мотивационный;
- когнитивный;
- эмоциональный;
- поведенческий.

Выбор данных блоков осуществлен в соответствии с критериями и показателями наличия у педагога образовательной организации профессиональных деформаций. Рассмотрим каждый из блоков.

*Мотивационный блок.* Цель: создание условий для формирования мотивации деятельности педагогов через создание позитивного социального и психологического микроклимата в коллективе. Реализация содержания данного этапа эффективна с использованием тренинга эффективной коммуникации, тренинга сензитивности, тренинга «Мотивации профессиональной деятельности».

*Когнитивный блок.* Цель: повышение уровня осознания педагогами необходимости преодоления профессиональной деформации и активизация их способности к саморазвитию. Реализация содержания данного этапа эффективна с использованием тренингов личностного и профессионального роста.

*Эмоциональный блок.* Цель: формирование стрессоустойчивости педагога, снижение уровня эмоционального выгорания. Реализация содержания данного этапа эффективна с использованием тренинга стрессоустойчивости личности, тренинга профилактики эмоционального выгорания.

*Поведенческий блок*. Цель: формирование у педагога навыков саморегуляции. Реализация содержания данного этапа эффективна с использованием тренинга саморегуляции.

Психолого-педагогическая программа включает в себя 9 тренинговых занятий, каждое из которых продолжается 90 минут: тренинг знакомства, тренинг эффективной коммуникации, два тренинга

личностного и профессионального роста, тренинг мотивации профессиональной деятельности, два тренинга профилактики эмоционального выгорания, тренинг стрессоустойчивости, тренинг саморегуляции.

**Этапы программы по психопрофилактике профессиональных деформаций педагога**

| Первый этап. Цель: создание условий для формирования мотивации деятельности педагогов через создание позитивного социального и психологического микроклимата в коллективе | | |
|---|---|---|
| **Мероприятие** | **Цель** | **Краткое содержание** |
| Тренинг знакомства | познакомить участников тренинга, снять психоэмоциональное напряжение, сплотить педагогический коллектив | - формирование позитивного психологического климата в коллективе;<br>- улучшение взаимодействия между членами педагогического коллектива;<br>- развитие умение работать в команде;<br>- сплочение группы.<br>Упражнения: «Тренинговое имя», «Четыре факта о себе», «Театр экспромта», «Фруктовый салат», «Рисунок на спине», «Глухонемой передатчик». |
| Тренинг эффективной коммуникации. | повысить эффективность общения участников в педагогической сфере и улучшить взаимопонимание в группе | - развитие способности к саморефлексии и самоанализу;<br>- развитие способности к пониманию и прогнозированию отношений, чувств и состояний человека в определенных ситуациях;<br>- формирование навыков успешного поведения в различных педагогических ситуациях.<br>Упражнения: «Эмоция», «Испорченный телефон», «Конфликты», «Печатная машинка». |
| Тренинг мотивации профессиональной деятельности | создать условия для формирования положительной, осознанной внутренней и внешней мотивации деятельности педагога | - создание условия для совместного обсуждения мнений по вопросам внутренней и внешней мотивации;<br>- помощь в формировании собственной позиции учителя в использовании методов мотивации,<br>- расширение опыта овладения новыми приемами и способами повышения внутренней и внешней мотивации профессиональной деятельности педагога.<br>Упражнения: «Кластер», «Десять бесплатных способов мотивации»,<br>«Сосуды долга и права», «Вертикаль роста» +<br>«4 вопроса планирования»,<br>«Слова –мотиваторы». |
| Второй этап. Цель: повышение уровня осознания педагогами необходимости преодоления профессиональной деформации и активизация их способности к саморазвитию. | | |
| Тренинги личностного и профессионального роста | создать условия для формирования внутренней позиции успешного педагога. | - знакомство педагогов со своими личностными особенностями, которые могут выступать ресурсом воспитания обучающихся;<br>- осмысление своих личных интересов, ценностей;<br>- развитие групповой сплоченности, рефлексии и эмпатии.<br>Упражнения: «Успешный педагог», «Три цвета личности», «Счет», «Я учусь у тебя…», «Я все могу», «Быть педагогом — это ...», «Афоризмы — метафоры», «Профессиональный герб», «Рисунок будущего». |

| | | |
|---|---|---|
| Третий этап. Цель: формирование стрессоустойчивости педагога, снижение уровня эмоционального выгорания. | | |
| Тренинги профилактики эмоционального выгорания. | создать условия для профилактики эмоционального выгорания | - формирование умения осознавать состояние эмоционального выгорания и навыков выхода на ранних его стадиях за счет актуализации личностных ресурсов;<br>- создание условий для актуализации личностных ресурсов стрессоустойчивости, формирование навыков регуляции психоэмоциональных состояний.<br>Упражнения: «Маркеры выгорания», «Хор», «Колесо жизни», «Неожиданный гость», «Дорога к своему Я», «Ведро мусора». |
| Тренинг стрессоустойчивости | создать условия для повышения уровня стрессоустойчивости педагогов. | - развитие навыков концентрации внимания в сложных стрессовых ситуациях;<br>- развитие способности управлять своими эмоциями;<br>- поддержка психологического здоровья педагогов.<br>Упражнения: «Я и стресс», «Копилка радости», «Портрет стрессоустойчивого человека». |
| Четвертый этап. Цель: формирование у педагога навыков саморегуляции. | | |
| Тренинг саморегуляции. | создать условия для сохранения и укрепления психического здоровья, формирования психологической устойчивости и мотивации к личностному самосовершенствованию | - обучение приемам и способам психической саморегуляции;<br>- развитие и формирование базовых навыков психической саморегуляции, повышение контроля над жизненными событиями;<br>- содействие активизации личностных ресурсных состояний;<br>- снижение уровня эмоционального напряжения.<br>Упражнения: «Психологическая зарядка», «Танец отдельных частей тела», «Погода». «Раскраска антистресс». |

**Ожидаемые результаты реализации программы**

При условии реализации программы ожидаются следующие результаты:

- положительная динамика в развитии стремления педагогов к профессиональному саморазвитию;
- положительная динамика в развитии стрессоустойчивости, снижение уровня показателей эмоционального выгорания педагогов;
- положительная динамика к снижению выраженности компонентов профессиональных деформаций;
- положительная динамика в формировании у педагогов внутренней осознанной мотивации профессиональной деятельности.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Качественные показатели оцениваются с помощью сравнения результатов

первичной и итоговой диагностики. На основе анализа результатов делается вывод о динамике положительных изменений компонентов профессиональных деформаций педагогов.

Количественные показатели оцениваются в результате математического вычисления количества участников на начало и окончание реализации программы;

количества педагогов, получивших результаты, свидетельствующие о позитивной динамике компонентов профессиональных деформаций.

Эффективность и результативность программы рассматривается с помощью уровня сформированности следующих компонентов (качественные показатели):

- мотивационный компонент, для которого характерно устойчивое стремление к успешной реализации педагогической деятельности, наличие осознанной внутренней профессиональной мотивации, а также высокий уровень удовлетворенности профессиональным трудом;
- поведенческий компонент — это отсутствие в поведении педагога образовательной организации авторитарности, ригидности, неспособности к самокритике, критике поведения других и критическому отношению к действительности (некритичности) как основных предпосылок становления профессиональных деформаций;
- когнитивный компонент, для которого характерно осознанное отношение к предупреждению появления профессиональных деформаций, к личностному развитию, к достижению высоких результатов в педагогической деятельности;
- эмоциональный компонент, характеризующийся отсутствием эмоционального истощения, деперсонализации, а также неприятия собственных достижений.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2360**

# Профилактическая программа работы с педагогическим коллективом «Равновесие»

## Автор — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025

***Горина Марина Владимировна,*** *педагог-психолог МАДОУ д/с «Солнышко», г. Нижний Тагил*

«Равновесие» — это одногодичная профилактическая программа для работы с педагогическим коллективом, направленная на совершенствование профессиональных компетенций, развитие личностных ресурсов, сплочение и психологическое благополучие педагогов. Изменившееся современное общество выдвигает новые требования к повышению уровня результативности профессиональной деятельности специалистов для достижения конкурентных преимуществ образовательной организации на рынке образовательных услуг. Для достижения этой цели образовательной организации необходим высокопрофессиональный, мобильный, креативный коллектив. В настоящее время существует ряд кадровых проблем в дошкольных образовательных организациях: сокращение числа молодых специалистов, отток опытных педагогических кадров, **несоответствие уровня квалификации новым требованиям времени**. Педагогическая деятельность требует больших затрат энергии и душевных сил. В силу психологических особенностей детей дошкольного возраста педагогу необходимо активно включаться и вовлекаться в деятельность с ребенком. Высокую степень напряжения в работу педагога вносит общение с законными представителями детей, которые пытаются внести свои изменения в работу организации, угрожая юридическими разбирательствами. Перегруженность рабочей недели, нехватка помощников воспитателей, профессиональные требования и нововведения вносят дестабилизацию в эмоциональное состояние педагогов и приводят к эмоциональному и физическому истощению. Как выстоять в этом потоке препятствий, удержать баланс и суметь обрести гармонию в душе?

Эмоциональное благополучие — это один из факторов психологического здоровья человека. Для того чтобы сохранить психологическое благополучие важно научиться регулярно поддерживать психическое равновесие своего организма.Для этого необходимо развивать эмоциональный интеллект, чтобы повышать уровень психологической компетентности педагогов. Творчество — это прекрасный способ самопонимания и самовыражения внутренних чувств и переживаний в символической форме, освобождение от них с помощью творческого потенциала и использования этого замечательного ресурса в дальнейшем в различных жизненных ситуациях.

Программа «Равновесие» нацелена на создание условий для развития ресурсного потенциала личности педагогических работников, с помощью интегрированных арт-технологий. Арт–технология — это эффективное средство профилактики, развития и коррекции психологического здоровья, которая помогает снять накопленное напряжение, чтобы успокоиться или сосредоточиться. Дополнительную возможность развития личностного ресурсного потенциала педагогов дает использование интегративного подхода, когда одновременно используются несколько направлений арт-технологий: арт-изо, арт-лепка, арт-музыка. Такой подход усиливает воздействие, предоставляя уникальную возможность раскрытия личностного потенциала в творческой деятельности, повышения самооценки, избавления от переживаний, раскрытия собственных чувств и ресурсов. Особенность программы «Равновесие» в том, что она включает в себя систематические занятия и психологические акции, с применением богатого ресурса арт-технологий, которые воздействуют на несколько каналов художественного восприятия. Программа «Равновесие» состоит из структурированных занятий и психологических акций, которые проводятся один — два раза в месяц в групповой форме.

Программа «Равновесие» соответствует принципам, задачам и целевым ориентирам Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и направлена на создание благоприятных условий для их решения.

Программа имеет универсальный характер и может быть использована педагогами-психологами в дошкольных образовательных организациях, в общеобразовательных школах, в организациях дополнительного образования, в реабилитационных центрах для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья.

**Проблемная ситуация:**

Работая в дошкольных образовательных учреждениях более двадцати лет, я пришла к выводу о необходимости проведения творческих занятий не только с педагогами, но и со всеми сотрудниками детского сада. В начале инициатива проведения занятий исходила от меня, затем об этом просили педагоги, которым понравилось участие в творческих мастерских и результат деятельности. Позже администрация детского сада и объединения рекомендовала организовать систематическую работы в течение года, так как в Управление образования Администрации города стало поступать много жалоб от родителей недовольных отношением к ним и их детям. Это вызывало ряд разбирательств, что увеличило эмоциональную нагрузку и вывело из равновесия весь коллектив детского сада, что затормозило основную психолого-педагогическую деятельность.

**Цель и задачи программы:**

***Цель реализации программы*** **—** создать условия для развития личностных ресурсов и достижения психологического благополучия педагогического коллектива, с целью совершенствования их профессиональных компетенций посредством использования интегрированных арт-технологий.

**Задачи:**

1. Повышать уровень эмоциональной компетентности педагогов.
2. Побуждать педагогов к реализации своих способностей, творческому подходу в решении разных задач.
3. Развивать умение эмоционального отреагирования, используя разные способы.
4. Повышать самооценку педагогов, раскрывая творческий потенциал.
5. Познакомить педагогов с использованием разных арт-технологий, как способа снижения психоэмоциональной нагрузки.
6. Способствовать сплочению коллектива, с помощью создания благоприятной психологической обстановки.

**Целевая аудитория**

Данная программа предусматривает включение всех сотрудников образовательного учреждения: администрацию, специалистов, воспитателей, младший обслуживающий персонал, так как в ДОУ ежедневно они тесно взаимодействуют друг с другом.

**Социально-психологические особенности педагогов, работающих**

**в современных условиях:**

В связи с модернизацией дошкольного образования задачи педагогов значительно расширяются и требования к уровню профессиональной деятельности повышаются. Современному педагогу необходимо обладать высокой культурой, интеллектуальными, коммуникативными, организаторскими способностями, уметь находить подход к детям и их родителям, иметь высокую мотивацию к работе и самосовершенствованию. Часто им приходится долгое время для подготовки к занятиям и конкурсам проводить за компьютером, работать в две смены без помощника воспитателя. Ежедневно частая смена роли педагога в течение дня в качестве: подчиненного с администрацией, коллеги с персоналом, партнером с родителями, наставником с ребенком, приводит к необходимости менять способы общения, а это ведет к эмоциональному истощению. Эти **факторы предрасполагают к психологическому нездоровью педагогов, эмоциональному выгоранию**, что обуславливает снижение качества жизни, как в личном, так и в профессиональном плане.

На сегодняшний день в системе дошкольного образования существует кадровая проблема. Педагоги-стажисты испытывают трудности в новых условиях труда с применением цифровых технологий, ускорением процесса работы и увеличением требований, с изменением контингента детей и родителей. Молодых специалистов не устраивает: заработная плата, отсутствие перспективы карьер-

ного роста, опасение ответственности за жизнь и здоровье обучающихся из-за недостатка опыта в организации детей. У большей части педагогических работников уровень квалификации соответствует документально, но на практике — это люди, пришедшие из других профессий: экономисты, банковские служащие, учителя, которые прошли лишь четырехмесячные курсы переподготовки. Они испытывают трудности в методической и организационной части педагогического процесса.

**Методическое обеспечение:**

Программа «Равновесие» базируется на принципах:

- принцип безопасности (доброжелательная атмосфера, конфиденциальность);
- принцип эмоционального комфорта (создание условий для раскрытия ресурсов);
- принцип добровольности (участие по желанию);
- принцип дифференцированного подхода (с учетом индивидуальных особенностей);
- принцип вариативности и гибкости (учет эмоционального состояния);
- принцип сотрудничества (обмен знаниями, умениями и навыками).

**Нормативно-правовые основания программы:**

Программа «Равновесие» способствует реализации цели Федеральной образовательной программы дошкольного образования и направлена на создание благоприятных условий для ее решения, так как «разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций» может осуществлять психологически благополучный коллектив и педагог.

Цель и задачи программы «Равновесие» соответствуют требованиям Методических рекомендаций по проведению «Недели психологии — 2022» в образовательных организациях субъектов Российской Федерации и используется в проведении весенней и осенней «Недели психологии». Методическим рекомендациям недели психологии в образовательных организациях 2024.

На уровне образовательной организации программа «Равновесие» используется в рамках Месячника охраны труда в МАДОУ «Солнышко».

**Используемые методики, технологии, инструментарий:**

Программа реализуется посредством интегрированных арт-технологий. В основе арт-технологий лежит процесс творчества. Арт-технологии — способы решения задач или проблем с помощью различных видов искусства. При реализации арт-технологий важен не столько результат, а непосредственно сам творческий процесс и состояние внутреннего мира педагога, которое выявляются в результате осуществления этой художественной деятельности. Сочетая различные виды арт-технологий: арт-изо, арт-лепку, арт-сказку, арт-музыку, возможно воздействовать на несколько каналов художественного восприятия одновременно, создавая благоприятные условия для снятия перенапряжения педагога. Интегрируясь между собой, арт-технологии эффективно воздействуют на эмоциональное состояние педагогов, поддерживая и развивая познавательный интерес, побуждая к творческой активности и взаимодействию с окружающим миром.

**Сроки, этапы и алгоритмы реализации программы:**

Программа рассчитана на 1 год, включая занятия и психологические акции, которые проводятся 1–2 раза в месяц. Длительность занятия 60 минут, которые проходят во время дневного сна детей. В течение года возможно присоединение к группе в любой момент, так как занятия по тематике не зависят друг от друга. Занятия проходят в групповой форме.

**Проведение программных мероприятий проходили в 3 этапа:**

***1 этап*** — подготовительный

На данном этапе было проведено ознакомление с научными трудами разных авторов по теме исследования, проведен анализ концепций, теорий зарубежных и отечественных ученых. Составлялась программа исследования, формулировалась цель и основные задачи. Разрабатывались и выби-

рались основные и дополнительные методы исследования. Проводилось наблюдение за педагогами в профессиональной деятельности.

***2* этап —** диагностический

Для оценки эффективности использования программы «Равновесие» применялись:

- экспресс-диагностика эмоционального выгорания педагогов О.Л. Гончарова

Цель экспресс-диагностики эмоционального выгорания у педагогов (автор О.Л. Гончарова) — определить уровень эмоционального выгорания.

- информация с официального сайта МАДОУ д/с «Солнышко» об образовании, возрасте и стаже работы педагогов.

***3* этап —** практический

Этап непосредственного проведения занятий с педагогами один-два раза в месяц в течение учебного года. Он включал в себя: мастер-классы; психологические акции: проводимые в рамках осенней и весенней «Недель психологии» и календарных праздников.

***4* этап** — заключительный

На данном этапе происходила обработка и анализ полученных данных. В ходе анализа были сформулированы выводы и рекомендации, направленные на профилактику и предупреждение профессионального выгорания педагогов.

**Структура занятий:**

В плане каждого занятия предусмотрены определенные части:

– **вводная часть** (организационный, мотивационный этап), которая включает в себя приветствие, объявление темы и представление техники выполнения творческого задания, притчи, разминочное упражнение, рефлексия (10 минут);
– **основная часть** (практический этап), самостоятельная творческая деятельность, которая занимает большее количество времени (30–40 минут);
– **заключительная часть** (рефлексивный этап), рефлексия, домашнее задание (10 минут).

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

В результате реализации программы должны произойти существенные изменения:

1. Повысится уровень эмоциональной компетентности педагогов.
2. Педагоги будут использовать творческий подход в решении разных задач.
3. Педагоги будут использовать разные способы и умения эмоционального отреагирования.
4. Благодаря раскрытию творческого потенциала повысится самооценка педагогов.
5. Педагоги пополнят свои знания и умения в области разных арт-технологий и будут их использовать для снижения психоэмоциональной нагрузки.
6. Активизируется стремление педагогов к самосовершенствованию, помогает молодым в адаптации.
7. Созданная благоприятная психологическая обстановка способствует сплочению коллектива.

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

Контроль над реализацией программы осуществляется администрацией образовательного учреждения. В начале учебного года была проведена входной диагностика, составлен план проведения работы. В конце учебного года снова была проводится диагностика, сделаны выводы и результаты работы были представлены на заседании педагогического совета МАДОУ д/с «Солнышко».

Для оценки эффективности использования программы «Равновесие» применялись:

– экспресс-диагностика эмоционального выгорания педагогов О.Л. Гончарова

Цель экспресс-диагностики эмоционального выгорания у педагогов (автор О.Л. Гончарова) — определить уровень эмоционального выгорания.

– информация с официального сайта МАДОУ д/с «Солнышко» об образовании, возрасте и стаже работы педагогов.

Диагностика проводилась в начале учебного года и в конце

**Выводы:**

1. В результате исследования обследуемая группа условно по возрасту поделилась на три подгруппы:

   Первая группа (с 22 до 33 лет) имеет средний и низкий уровни

   эмоционального выгорания.

   Вторая группа (с 34 до 53 лет) имеет высокий уровень эмоционального выгорания.

   Третья группа (с 54 до74 года) имеет низкий уровень эмоционального выгорания

   Таким образом, педагоги среднего возраста более подвержены эмоциональному выгоранию.

*Предполагаемые причины у группы с высоким уровнем эмоционального выгорания*: возрастающий объем конкурсного движения, кризис среднего возраста, проблемы в семье, увеличивающиеся и меняющиеся требования к работе, непрофессионализм, эмоциональная некомпетентность, состояние здоровья, страх потерять работу, в общении с родителями детей занимают авторитарную позицию.

*Предполагаемые причины у группы с низким и средним уровнем эмоционального выгорания*: у них нет страха — потерять работу, у них меньше груз ответственности, они лучше используют в работе технические средства, легче выстраивают партнерские отношения с родителями детей.

*Предполагаемые причины у группы с низким уровнем эмоционального выгорания:* нет страха потерять работу, меньший груз ответственности, испытывает трудности в работе с техническими средствами обучения.

2. Анализируя данные, мы видим прямую корреляцию стажа работы и степень эмоционального выгорания. С увеличением стажа работы увеличивается степень эмоционального выгорания.
3. Прямая корреляция показателей высокого эмоционального выгорания наблюдается у педагогов, не имеющих специального дошкольного образования.
4. В конце года мы наблюдаем положительную динамику в снижении показателей эмоционального выгорания. Причин, способствующих снижению эмоционального выгорания много.
5. Хочется отметить, что у педагогов улучшились взаимоотношения в коллективе, они с большим интересом стали общаться и участвовать в творческих проектах детского сада, с желанием проводили время на мастер-классах программы «Равновесие». Свои работы они размещали на выставке для сотрудников детского сада.

**Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации:**

Программа «Равновесие» разработана на базе Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Солнышко», прошла апробацию и реализуется на базе структурных подразделений детский сад №165 и №162 в течение 3-х лет.

**Тематический план мастер-классов и психологических акций с педагогами в рамках программы «Равновесие»**

| № п/п | Месяц | Форма мероприятия, техника выполнения | Название |
|---|---|---|---|
| 1. | Сентябрь | Мастер-класс в технике коллажа | «Карта моих желаний» |
| 2. | Октябрь | Мастер-класс в технике правополушарного рисования | «Осенние зарисовки» |
| 3. | Ноябрь | Мастер-класс в технике рисования на прозрачном мольберте | «Волшебное стекло» |
| | | Психологическая акция (в рамках осенней недели психологии) | «Мотивационные мини-открытки» |

| № п/п | Месяц | Форма мероприятия, техника выполнения | Название |
|---|---|---|---|
| 4. | Декабрь | Мастер-класс в смешанной технике работы с разными материалами | «Новогоднее чудо» |
| | | Психологические новогодние акции для сотрудников | «Пожелания для сотрудников» |
| | | | «Новогодние пожелания» |
| | | | «Елочка пожеланий» |
| | | | «Зажги фонарик желаний» |
| | | | «Снеговичок» |
| 5. | Январь | Мастер-класс в технике правополушарного рисования | «Зимняя сказка» |
| 6. | Февраль | Мастер-класс в технике мандалотерапии | «Удивительные мандалы» |
| 7. | Март | Мастер-класс в технике правополушарного рисования | «Весеннее настроение» |
| | | Психологическая акция для сотрудников к Международному женскому дню 8 Марта | «Букет пожеланий» |
| 8. | Апрель | Мастер-класс в технике работы с кожей и декоративными элементами | «Закладка на память» |
| | | Психологическая акция (в рамках недели психологии) | «Эстафета комплиментов» |
| 9. | Май | Мастер-класс в технике рисования на речных и морских камнях | «Совушки» |
| 10. | Июнь | Мастер-класс с применением **М**етафорических **А**ссоциативных **К**арт | «Магические карты» |
| 11. | Июль | Мастер-класс в технике правополушарного рисования | «Морской пейзаж» |
| 12. | Август | Мастер-класс в технике пластилинографии | «Тюльпаны» |

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2361**

# Программа по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» по теме «Управление временем в работе педагога»

**Авторы — лауреаты Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2025**

***Миронова Наталья Александровна,*** *педагог-психолог МОУ СОШ № 13 КГО, г. Копейск*

***Носкова Екатерина Владимировна,*** *педагог-психолог МДОУ ДС № 45 КГО, г. Копейск*

***Почурицина Анна Николаевна,*** *педагог-психолог МОУ СОШ № 47 КГО, г. Копейск*

***Харченко Татьяна Юрьевна,*** *педагог-психолог МУ ЦП/ПМСП Копейского городского округа Челябинской области, г. Копейск*

***Ялымова Оксана Юрьевна,*** *педагог-психолог МДОУ ДС №29 КГО, г. Копейск*

Направленность программы: социально-психологическая.

Вид программы: профилактическая.

Практическая значимость: педагоги научились применять навыки эффективного планирования времени в профессиональной и личной сфере. Педагоги обучены практическим приемам эффективно взаимодействовать с коллегами, обучающимися, воспитанниками, членами семьи.

**Цель программы:** повышение психолого-педагогической компетентности в области эффективного планирования и распределения рабочего и личного времени педагогов.

**Задачи программы:** способствовать расширению представлений педагогов о планировании и распределении рабочего и личного времени как условие повышающее работоспособность. Развить у педагогов мотивацию к профессиональному самосовершенствованию личности. Обучить педагогов психотехническим приемам саморегуляции негативных эмоциональных состояний.

**Описание участников программ: педагоги.**

**Сроки реализации программы:** 1 учебный год.

Ф.И.О. работников, реализующих программу: администрация образовательной организации назначает ответственного за проведение занятий в каждом образовательном учреждении Копейского городского округа в соответствии с приказом № 884 от 25 августа 2022 года «О реализации программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» в Копейском городском округе в 2022–2023 году.»

**Планируемые результаты:** в результате реализации программы педагоги обучаются навыкам планирования и распределения личного и рабочего времени, учатся выбирать приоритетные направления деятельности, делегировать некоторые задачи для оптимального распределения времени.

**Актуальность:** работа педагога связана с огромной эмоциональной нагрузкой, что ведет к истощению нервной системы, снижению работоспособности, креативности, возникновению чувства опустошенности, апатии. Данные затраты должны восполняться для эффективности в профессиональной и личной сфере. Поэтому очень важной компетенцией педагога является умение расставлять приоритеты, распределять время таким образом, чтобы оставалось пространство для восстановления собственных ресурсов. Отдохнувший, энергичный, счастливый, наполненный, вдохновленный педагог способен реализовывать поставленные задачи.

**Этапы реализации программы**

Организационный этап. Содержание работы: подготовка проекта приказа по реализации программы «Ветер перемен». Формирование и организация работы творческой группы по разработке

методических материалов программы. Формирование планов и графиков работы. Формирование предварительного практического материала. Разработка занятий в соответствии с целями. Ожидаемые результаты: утверждение планов и графиков работы. Оформление методического материала. Подготовленность помещений к проведению занятий.

Практический этап. Содержание работы: реализация программы. Организация проведения занятий программы в ОО. Ожидаемые результаты: реализация содержания и основных положений программы.

Аналитический этап. Содержание работы: анкетирование педагогов. Мониторинг эффективности в ОО. Сбор и анализ статистических данных по результатам реализации программы. Ожидаемые результаты: составление справки «Об итогах реализации программы «Ветер перемен» в 2022 — 2023 учебном году». Разработка сборника методических материалов программы.

**Содержание программы**

Программа реализуется на базе образовательных организаций Копейского городского округа и рассчитана на один учебный год. Занятия проводятся в течение учебного года: в октябре, январе и марте, в каникулярное время. Количество занятий в год — 3 занятия. Занятия были объединены общей темой — «Управление временем в работе педагога». Программа рассчитана на работу с педагогами. Каждое занятие длится 1,5–2 часа и включает разнообразные приемы вовлечения участников в активную практическую деятельность. Форма работы с педагогами — групповые практические занятия.

**Планируемые результаты**

Основная цель программы «Ветер перемен» — создание системы профилактической и просветительской работы с педагогами образовательных организаций для освоения психологических знаний, приемов и методов, которые повысят эффективность и качество взаимодействия между участниками образовательного процесса. В занятия были включены простые упражнения, которые обеспечивали достижение поставленной цели — повышение компетентности в области эффективного использования времени для снижения стресса педагогов.

Использованные психологические упражнения и техники в работе с педагогами способствовали:

- развитию умения больше успевать за единицу времени и эффективно расходовать собственные ресурсы;
- снятию психоэмоционального напряжения;
- развитию навыков анализа;
- развитию навыков активного поведения, стрессоустойчивости.

В результате реализации программы педагоги овладели приемами, направленными на развитие навыков планирования и распределения личного и рабочего времени, научились выбирать приоритетные направления, которым необходимо уделять должное количество времени и делегировать некоторый вид занятий для оптимального распределения времени.

**Мониторинг эффективности реализации программы «Ветер перемен»**

Мониторинг эффективности программы «Ветер перемен» проводился в соответствии с приказом управления образования администрации Копейского городского округа от 22.10.2022 г. № 1149 «О проведении мониторинга эффективности реализации городской программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» в 2022–2023 учебном году».

В рамках мониторинга эффективности реализации программы «Ветер перемен» в 2022–2023 учебном году было проведено итоговое анкетирование педагогов КГО с целью получения обратной связи о степени удовлетворенности педагогами качеством проведения занятий программы. Результаты анкетирования представлены в таблицах.

**Результаты анкетирования педагогов КГО по результатам проведения занятий «Ветер перемен» в 2022 — 2023 учебном году**

Таблица

| Вопрос | Количество педагогов/ процент участников от общего количества участников в занятии | | |
|---|---|---|---|
| | минимальное значение (1,2) | среднее значение (3) | максимальное значение (4,5) |
| Насколько интересной и доступной была подача материала? | 15 ( 1%) | 77 (9%) | 850 (90%) |
| Насколько много новой информации вы получили? | 35 (4%) | 140 (15%) | 767 (81%) |
| Насколько комфортной для вас была психологическая атмосфера на занятиях? | 3 (0,3%) | 37 (4%) | 902 (96%) |
| Оцените возможность применять полученные знания на практике | 27 (3%) | 121 (13%) | 794 (84%) |
| Насколько занятия были для вас эффективными: дали новые знания, навыки, технологии, повысили уровень психологической компетентности? | 27 (3%) | 126 (13%) | 789 (84%) |

**Вывод**: полученные данные анкетирования педагогов КГО демонстрируют высокие показатели заинтересованности в психологических занятиях. Так из 942 опрошенных педагогов **99%** (927 человек) отметили заинтересованность в занятиях по программе «Ветер перемен». **1%** педагогов (15 человек) высказали противоположное мнение. Большинство педагогов **96%** (907 человек) получают много новой информации в ходе участия в занятиях. Повысили уровень психологической компетенции 97% (915 человек), и 3% (27 человек) отметили низкий уровень по данному вопросу.

Итоги анкетирования педагогов показывают высокую личную заинтересованность в психологических знаниях, отмечают практическую направленность занятий по программе «Ветер перемен», а также возможность программы преодолевать недостаток знаний в области психологии и повышать психологическую культуру.

Для определения приоритетного направления занятий программы «Ветер перемен» в 2023 — 2024 году был проведен опрос педагогов по выбору тем из предложенных в анкете. Результаты голосования представлены в таблице.

**Результаты анкетирования педагогов КГО по выбору приоритетных тематических направлений программы «Ветер перемен»**

Таблица

| Темы | Количество педагогов/ процент от общего количества участвующих в анкетировании |
|---|---|
| 1. «Индивидуальные особенности обучающихся, воспитанников, их способности, сильные и слабые стороны характера, достоинства и недостатки» | 186 (20%) |
| 2. «Процессы общения между участниками образовательного процесса» | 199 (21%) |
| 3. «Приемы разрешения конфликтов между участниками образовательного процесса» | 257 (27%) |
| 4. «Тренировка эмоциональной устойчивости, снижение уровня профессионального выгорания» | 370 (39%) |
| 5. «Приемы мотивации деятельности обучающихся и воспитанников» | 273 (29%) |
| 6. «Личностное развитие педагога: развитие сильных сторон и талантов, реализация своего потенциала, повышение качества жизни» | 233 (25%) |

**Вывод:** Всего в анкетировании приняло участие 942 педагога. Большинство голосов педагогов — 370 человек (39%) набрала тема «Тренировка эмоциональной устойчивости, снижение уровня эмоционального выгорания». Также педагогов интересует вопросы мотивации деятельности обучающихся и воспитанников, за данное направление проголосовало 273 человека, что составило 29% опрошенных. Таким образом, педагогам, чья профессия отличается высокой эмоциональной загруженностью и стрессонасыщенностью, необходимы занятия по снижению уровня эмоционального выгорания и тот объем занятий в рамках городской программы «Ветер перемен» не достаточен для профилактики истощенности в профессиональной сфере. С другой стороны, желание педагогов продолжать работать с психологическими темами, исследуя профессиональные и личные трудности, говорят о высокой оценке работы специалистов по программе.

В продолжении анкетирования педагогам КГО было предложено поделиться своими темами психологической направленности, для проведения занятий по программе «Ветер перемен».

Наиболее активными были педагоги МОУ «Школа — интернат № 8 с темами, касающимися способов создания благоприятной атмосферы в коллективе, поиска подходов в работе с родителями. Педагоги МОУ «СОШ № 48» предложили темы, затрагивающие вопросы конфликтологии, эмоциональной разгрузки, границ личности. Педагогов МОУ «СОШ № 4 волнуют темы сплочения коллектива, использования игровых технологий в работе с детьми, вопросы поиска общего языка с современными родителями. Педагоги МОУ «СОШ № 1» предложили актуальные темы «Философия дисциплины: почему дети ведут себя так, а не иначе», «Как выстраивать отношения или обходя острые углы».

Данные итогового анкетирования педагогов будут учтены в вопросах тематического планирования занятий на 2023–2024 год.

Подводя итоги реализации программы «Ветер перемен» в 2022–2023 году, следует отметить, что программа реализуется в большинстве образовательных организаций Копейского городского округа и создает условия для повышения психолого — педагогической компетентности педагогов.

**Учебно-тематический план**

| Наименование темы занятия | Цель | Задачи | Содержание | Месяц |
|---|---|---|---|---|
| **Занятие № 1** городской программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» **Тема: «Управление временем в работе педагога или Повелители времени. Начало.»** | повысить компетентность в области эффективного использования времени для снижения стресса педагогов. | • больше успевать за единицу времени и эффективно расходовать собственные ресурсы;<br>• знакомство с понятием «хронофаг», выявление и борьба с ними;<br>• снятие психоэмоционального напряжения;<br>• развитие навыков анализа. | **Упражнение «Ассоциации»** Цель: введение в тему, активизация группы. **Мини-лекция по теме занятия.** **Упражнение «Как бороться с хронофагами»** Цель: найти практические способы борьбы с типичными хронофагами (пожирателями времени). **Упражнение «Белка в колесе»** Цель: разогрев группы. **Упражнение «Распределение времени»** Цель: анализ затрат времени. **Упражнение «Секундомер»** Цель: увидеть индивидуальные особенности восприятия времени. **Заключительная часть. Рефлексия.** | октябрь, в каникулярное время |

| Наименование темы занятия | Цель | Задачи | Содержание | Месяц |
|---|---|---|---|---|
| **Занятие № 2** городской программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» **Тема: «Жизненный баланс.»** | повысить компетентность в области эффективного использования времени для снижения стресса педагогов. | • больше успевать за единицу времени и эффективно расходовать собственные ресурсы;<br>• знакомство с эффективным инструментом тайм-менеджмента — Матрицей Эйзенхауэра или Матрицей приоритетов;<br>• снятие психоэмоционального напряжения;<br>• развитие навыков анализа. | **Упражнение «Капитал времени».** Цель: предложить участникам группы через понятное математическое действие представить, каким «банком времени» каждый из них располагает; сделать ощущение времени осознанным, зримым, поддающимся счету, дать опыт, который поможет относиться к времени с уважением. **Упражнение «Кубик баланса»** Цель: уметь расставлять ежедневные приоритеты, уделяя внимание важным сферам жизни. **Упражнение «Колесо баланса»** Цель: уметь расставлять ежедневные приоритеты, уделяя внимание важным сферам жизни. **Упражнение «Трехминутная медитация-передышка»** Цель: снятие напряжения в трудных жизненных ситуациях, повышение стрессоустойчивости. | январь, в каникулярное время |
| **Занятие № 3** городской программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» **Тема: «Делегирование.»** | повысить компетентность в области эффективного использования времени для снижения стресса педагогов. | • провести диагностику умения распоряжаться временем;<br>• больше успевать за единицу времени и эффективно расходовать собственные ресурсы;<br>• знакомство с эффективным инструментом тайм-менеджмента — делегирование;<br>• знакомство с эффективной техникой рефлексии (самоанализа) — «Методом пяти пальцев»;<br>• снятие психоэмоционального напряжения;<br>• развитие навыков анализа. | **Тест «Умение расставлять приоритеты»** Цель: провести диагностику умения распоряжаться временем. **Упражнение «Доверие»** Цель: настроить участников на рабочий лад; подвести группу к теме «Делегирование полномочий»; показать участникам важность доверия между сотрудниками. **Мини-лекция о делегировании. Упражнение «Плюсы и минусы делегирования»** Цель: мотивация педагогов на работу с темой занятия, актуализация. **Упражнение «Попросите о помощи»** Цель: применить на практике приемы делегирования просьбы и переговоры. **Упражнение «Метод пяти пальцев»** Цель: самоанализ выполнения задачи делегирования в упражнении «Попроси о помощи», рефлексия. **Просмотр мультфильма «Одинаково»** | март, в каникулярное время |

| Наименование темы занятия | Цель | Задачи | Содержание | Месяц |
|---|---|---|---|---|
| | | | Цель: снятие психоэмоционального напряжения, мотивировать участников эффективно расходовать ресурсы своего времени, осознанно относиться к своей жизни.<br>**Анкетирование**<br>Цель: получение обратной связи, планирование выбора темы программы психолого-педагогического просвещения в следующем учебном году. | |

## Условия реализации программы

**Кадровые ресурсы.** Количество специалистов, реализующих основные направления программы, может варьироваться, исходя из графиков отпусков специалистов учреждения и текущих изменений в ходе планирования рабочего времени: педагог-психолог, специалисты, воспитатели, учителя.

**Материально-технические условия.**

Требования к помещению для проведения занятий.

**Мебель:** столы, стулья, шкаф для хранения оборудования и методических разработок занятий.

**Наименование оборудования:** ноутбук/ компьютер, колонки, проектор, принтер, фотоаппарат.

**Наименование материалов:** подготовленные видео или доступ в Интернет, доска, мольберт, мел, маркер, листы формата А-4 (белые, цветные), ватманы (белые), ручки, карандаши (простые, цветные), фломастеры, клей, ножницы.

## Методические материалы

Основная документация по реализации программы:

- Программа по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» по теме «Управление временем в работе педагога.»
- Учебно-тематический план работы.
- Сборник методических материалов городской программы по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов «Ветер перемен» по теме «Управление временем в работе педагога» / авт.-сост. Н.А. Миронова, Е.В. Носкова, А.Н. Почурицина, Харченко Т.Ю., О.Ю. Ялымова. — Копейск, 2023. — 46 с.

**Полная версия программы размещена на сайте Общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России»**

**Ссылка на программу: https://rospsy.ru/node/2362**