



Отчет

**«О реализации подпрограммы
«Комплекс мер по развитию региональной
системы обеспечения безопасного детства
на территории Курганской области «Завтра
начинается сегодня» на 2019-2020 годы.**

Отчет о работе педагога-психолога Чудиновой Н.Н. за 3 квартал 2019 года

Название мероприятия	Дети, возраст	Родители	Педагоги	Сроки проведения	Ответственный
<p>Отслеживание процесса адаптации вновь поступивших детей</p> <p>Игры, направленные на улучшение процесса адаптации</p> <p>Приложение 1.</p>	<p>1,5 – 3 года</p> <p>(1 младшие и 2 младшая группа)</p>			<p>18.07.19-</p> <p>30.09.19</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>Профилактические и развивающие тренинги с детьми на свежем воздухе.</p> <p>Приложение 2.</p>	<p>5-7 лет</p> <p>(Старшие группы, подгот. группы)</p>			<p>18.07.19-</p> <p>30.09.19</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>Семинар – практикум «Наш эмоциональный интеллект»</p> <p>Приложение 3</p>			<p>Педагоги</p>	<p>19.09.2019</p>	<p>Педагог-психолог</p>

--	--	--	--	--	--

Приложение 1.

«Иди ко мне»

Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и зовет его к себе, приговаривая: «Иди ко мне, ты мой хороший!». Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: «Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!»

«Выдувание мыльных пузырей»

Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, не дую в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри.

«Хоровод с куклой» (проводится с 2-3 детьми)

Воспитатель приносит новую куклу. Она «здоровается» с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла «предлагает потанцевать». Воспитатель ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая простую детскую мелодию (например, «Веселую дудочку» М. Красива).

«Поезд»

Воспитатель предлагает поиграть в «поезд»: «Я – паровоз, а вы – вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего ребенка. «Поехали», - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: «Чу-чу-чу». Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом, замедляя ход, объявляет: «Остановка». Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

«Догонялки»

Кукла знакомая детям по игре «Хоровод с куклой», говорит, что хочет поиграть в догонялки. Воспитатель побуждает детей убежать от нее, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: «Вот мои ребятки».

«Поиск сокровищ»

На прогулке воспитатель собирает вместе с ребенком «сокровища» (камешки, стручки, веточки, листья, раковины) и складывает их в корзину. Выясняет, какие

«сокровища» вызывают у малыша наибольший интерес (это подскажет дальнейшие пути общения). Затем называет какое-либо сокровище и просит достать его из корзины.

«Бегом к дереву»

В двух-трех местах участка – к дереву, двери, скамейке - привязаны цветные ленты. Воспитатель говорит ребенку: «Я хочу побежать к дереву». Берет его за руку и бежит вместе с ним. Затем бежит с ребенком в другое, отмеченное лентой место, всякий раз объясняя, что собирается делать. После этого взрослый предлагает малышу самостоятельно побежать к дереву, двери и т.д. Хвалит ребенка, когда он достигнет места назначения.

2. Игры на формирование эмоционального контакта и доверия

«Мяч»

Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает:

Друг веселый, мячик мой,

Всюду, всюду он со мной!

Раз, два, три, четыре, пять –

Хорошо мне с ним играть!

Ребенок убегает, а взрослый его догоняет.

«Игра с собачкой»

Воспитатель держит в руках собачку и говорит:

Гав-гав! Кто там?

Это песик в гости к нам.

Я собачку ставлю на пол.

Дай, собачка, Пете лапу!

Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносит миску с воображаемой едой, собачка «ест суп», «лает», говорит ребенку: «Спасибо».

«Кто в кулачке?»

Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.

Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения:

Кто залез мне в кулачок?

Сжимают пальцы в кулак.

Это, может быть, сверчок?

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай!

Выставляют вперед большой палец.

Книжка – «Угадай-ка»

В записной книжке через страницу (на правой стороне) наклеивают картинки с изображением известных ребенку предметов. Каждую страницу без картинок разрезают на несколько горизонтальных полосок, начиная с левого края. Рассматривают книжку вместе с малышом, воспитатель постепенно отворачивает полоску за полоской. Ребенок старается догадаться, что изображено на картинке.

«Дуть во что-нибудь и на что-нибудь»

Воспитатель дует на маленький воздушный шарик через соломинку, заставляя его перемещаться по комнате. Дует на все пальцы, затем на каждый отдельно. Сдувает листочек с ладони ребенка. Дует на цветок или травинку. Ребенок повторяет действия взрослого.

Приложение 2.

«Я и мое настроение». Тренинг для развития эмоций у детей старшего дошкольного возраста.

Цель: Познакомить детей с чувственной стороной жизни человека, его переживаниями, внутренним душевным состоянием.

Задачи:

1. Создание условий эмоционального благополучия дошкольников, обеспечивающих свободное выражение эмоциональных состояний, чувств.
2. Формировать представления об эмоциональных переживаниях.
3. Развивать умение определять эмоциональное состояние свое и других людей.

Оборудование: баночки с водой, краски, кисти, бумажные шарики, фломастеры, галстуки для мальчиков, колпачки для девочек, волшебный лучик, свеча, магнитная доска, иллюстрации с изображением пиктограмм, коробочка с сюрпризом.

Ход:

1. Мотивация.

Психолог приглашает детей встать в круг.

- Ребята, посмотрите в окно. Солнышко проснулось, заглянуло к нам в окошко и подарило нам волшебный лучик (*берёт в руки палочку со звёздочкой*).

Первый лучик, нежный лучик,

Заглянул он к нам в оконце

И принес в своих ладошках

Теплоту — частицу солнца!

- Давайте и мы сейчас передадим тепло друг другу. Возьмитесь за руки, улыбнитесь друг другу.

Психолог предлагает детям пройти и сесть на ковёр.

- Я знаю, что все девочки и мальчики любят волшебство. Я предлагаю вам хоть на чуть — чуть превратиться в волшебников. Согласны? Закроем глаза. Когда я вас коснусь волшебным лучиком — вы можете открыть глаза (*на голову девочкам надеть колпачки, мальчикам — галстуки*).

2. Психотренинг "Свеча желаний".

- Так как мы с вами волшебники, мы можем загадать желание, и оно обязательно исполнится. Я передаю вам волшебную свечу желаний. Вы, глядя на неё, загадываете своё желание. Вслух его произносить его не нужно, чтобы никто не узнал. Затем передаёте свечу товарищу справа. Первой начну я!

3. Беседа с использованием пиктограмм.

- Какое у вас сейчас настроение? Почему? Давайте обозначим радостное настроение с помощью нужной пиктограммы (*рисунки человечков с выражением разных эмоциональных состояний*).

- А ещё какие настроения здесь изображены? (*Грусть, удивление, испуг*.) Когда вы испытываете такие эмоции? (*Дети приводят примеры из жизни*.)

- Каждое эмоциональное состояние имеет свой цвет. Назовите в каком цвете изображён каждый человечек? (*Радость — красный, удивление — жёлтый, печаль — синий, испуг — зелёный*.)

4. Дидактическая игра "Радуга настроений".

Психолог предлагает детям пройти к столу, где для них приготовлены стаканчики с водой, кисти и краски.

- Давайте передадим своё настроение с помощью красок. Почему вы использовали эти цвет?

5. Дидактическая игра "Сюрприз".

Психолог приглашает детей встать в круг и закрыть глаза..

- Я буду хлопать в ладошки, и считать, на счёт три открываем глаза. *(В кругу лежит коробочка с сюрпризом.)*

- Давайте посмотрим, что в коробочке.

Психолог открывает коробочку, там изображения воздушных разноцветных шаров; раздаёт их детям.

6. Практическая работа.

Психолог приглашает детей пройти за столы с их шарами. На столах лежат фломастеры.

- Давайте оживим наши шарики. Мы будем рисовать на них своё настроение.

7. Итог.

- Какое у вас настроение?

- Хорошее, веселое.

- У вас на лицах сияют улыбки, значит, мне удалось поднять вам настроение.

Приложение 3.

Семинар – практикум «Наш эмоциональный интеллект»

Название (можно написать на доске): “Здесь и сейчас”

Необходимые материалы: маленькая доска, мел, музыка; плакаты ; на отдельном столике под покрывалом: там – там, маракасы, мешочки с крупой, копья–палки, перчатки для бокса, две диванные подушки, пластилин, платки; мягкие игрушки – тигр и кролик; фартук с кроликом (для официанта-ведущего); меню – на отдельных картонных карточках; 3-4 бумажные скатерти, одноразовые тарелочки, влажные салфетки (5-6 пачек), простые салфетки; пластилин по пачке на каждый стол, карандаши, мелки; листы цветного картона для писем благодарности, свеча большая. Для участников необходимо расставить (полукругом) 3-4 больших стола, накрытые скатертями.

Приветственное слово ведущего и зарядка (под музыку)

Тайминг: 2 минуты

Ведущий (одетый в фартук): “Здравствуйте, уважаемые гости! Сегодня я рада вас приветствовать в таверне «Находка». В нашей необычной таверне. Вы побываете на пиру чувств и отведаете и сладкое и соленое и горькое и терпкое. А перед началом пира, мы с вами – проснемся! Встаньте, дорогие друзья, и представьте себе, что вы только что встали и с удовольствием потягиваетесь! Потянулись...! Вдох, выдох! А теперь правая рука, левая нога – потянулись...; левая рука – правая нога – потянулись...”

И положим в ладошки немного любимого геля для душа. О, как пахнет! И растираем свои ручки, плечи, животик, ноги... Замечательно!

И снова потянулись (вдо-о-ох), тянемся, тянемся к солнышку, наполняем жизненной силой, энергией и выдох! Замечательно!”

Релаксация “Сад моих чувств” (под музыку)

Тайминг: 3-5 минут

Ведущий: “Ну, а сейчас разрешите попотчевать вас, уважаемые гости, первым блюдом под названием: “Сад чувств”. Итак, сядьте поудобнее, закройте глаза, настройте все свои рецепторы: и зрительные и слуховые и тактильные и вкусовые”.

По кругу передается мягкая игрушка, участники говорят о своих чувствах.

Ведущий: “Как вам первое блюдо, дорогие гости, что вы сейчас ощущаете, чувствуете?”

Разбор “базисных чувств”

Ведущий (у доски): “Итак, чувства. Чувства – мощная жизненная энергия, которая может быть одинаково созидательной и разрушительной. Важно помнить, что обучаться языку чувств никогда не поздно.”

На доске прикрепляется плакат.

Базисные чувства:

радость

грусть

страх

гнев или злость

вина

стыд

обида

интерес

удовольствие

отвращение

Ведущий продолжает говорить об эмоциях.

Все эмоции условно позитивные и условно негативные (зависит от ситуации).

Условно негативные: горе, страх, гнев, отвращение, стыд.

Без них невозможно справляться с трудными ситуациями, переживать и выходить из кризиса.

Переживание – наше человеческое свойство, через которое закаляется и становится зрелой душа.

Если же мы стараемся подавить, игнорировать эти чувства, то они становятся пусковыми механизмами телесных соматических заболеваний. Здесь важно принять, пережить и **адекватно ситуации** выразить.

Учимся взаимодействовать с эмоциями

Пример №1.

Мама пришла с работы, увидела, что посуда не помыта и с порога кричит: “Как мне все надоело! Ты –лентяйка!”

Дочь злится, уходит в свою комнату. Приходит чувство несправедливости, гнев, стыд, вина, обида – хаос чувств в них невозможно разобраться. Пытается учить уроки.

Невозможно сосредоточиться, почему-то начинает болеть живот, голова. Она выходит с этим к маме.

Мама начинает спрашивать, что болит, о чувствах ни слова. **Так закрепляется модель поведения** – мир в отношениях восстанавливается, если заболеть.

Пример №2.

Мама, понимая, чем она раздражена, говорит, придя с работы: “У меня был трудный день, я очень разозлилась на одну ситуацию на работе, и у меня нет сил. Я просто возмущена, что посуда не вымыта, хотя мы с тобой договаривались!”

Дочь: “Извини. Я сейчас вымою.”

Дочь тоже злится, но понимает, что упрек справедлив.

Ведущий задает участникам вопрос: “В чем разница?”

Ответ: взрослый говорит о своих чувствах, не смещая гнев с рабочей ситуации на дочь. Разница – в интенсивности проявления эмоции и ясности причин. Это дает возможность дальше договариваться.

На доске вывешивается **новый плакат.**

Взаимодействие с эмоциями:

1. В любой ситуации, спроси себя: “Как я себя чувствую? Если это трудно, то можно описать свои ощущения. Например, сильное напряжение в теле может быть связано с тревогой, страхом или раздражением.
2. Отделение чувства от себя: “Я разозлился ..., когда ...”
3. Принять свое чувство (принятие во благо любой эмоции).
4. Прожить его.
5. Выразить свое чувство сообразно ситуации.
6. Анализ: адекватно или неадекватно ситуации вы среагировали. Если неадекватно: поиск пускового механизма, истинные мотивы. И трансформация.

Упражнение с участниками “Гнев – это нормально”

Ведущий: “А сейчас, уважаемые гости, для каждого из вас есть возможность выбрать из нашего меню фразы, которыми можно продолжить предложение.

На доске: Я злюсь, когда...

В меню для выбора (раздается участникам): меня оскорбили; я подверглась нападению; я пала духом; меня подавляют; водят за нос; поводят; обманывают; отвергают; эксплуатируют; моими потребностями пренебрегают; что-либо угрожает моему здоровью; моя жизнь находится под угрозой; теряю что-то чем я дорожу; вижу нечто чему, по-моему мнению нанесен ущерб; вижу как нарушаются или подвергаются угрозе права других людей.

Ведущий: “А еще, дорогие гости, у нас в таверне «Находка» есть традиция – мы вместе придумываем общее блюдо.

Сегодня общее название этого блюда: «Гнев – это нормально».

Сначала вместе подумайте и обсудите:

- зачем эта эмоция дана;
- что может дать проживание этой эмоции;
- какой опыт мы приобретаем;
- как этот опыт может изменить нашу жизнь.

Тайминг: 3 минуты

Ведущий: “Хорошо. Теперь для приготовления этого блюда вы можете использовать наш волшебный стол.”

Ведущий раскрывает накрытый столик жестом фокусника (см. необходимые материалы)

Ведущий: “А сейчас все вместе презентуем это блюдо, выразим гнев, злость, обиды. Приготовились, три, четыре. Начали!”

Тайминг: 5 минут

Музыка: ритмичная

Участники выражают при помощи предметов свой гнев.

Ведущий: “Дорогие участники. Давайте избавимся от всего ненужного. Возьмите карандаши или пластилин и нарисуйте или вылепите свой гнев”.

Тайминг: 3 минуты

Участники лепят и рисуют.

Ведущий: “А теперь – трансформация: пластилиновый гнев вы можете преобразовать во что захотите, а рисунок – порвать на мелкие кусочки”.

Тайминг: 3 минуты

Благодарность и трансформация

Ведущий: “Хорошо. И еще помогают нам изменять любые эмоции – чувства интереса, удовольствия, радости и благодарности. Нужно учиться по-новому смотреть на привычные вещи, искать в своей жизни новые поводы радоваться и радовать других”.

Ведущий предлагает придумать такие поводы:

- Встать пораньше, чтобы встретить рассвет.
- Увидеть то, на что мы никогда не смотрели: птичий след на снегу.
- Уехать их дома..
- Написать маме: “Я люблю тебя”.
- Идти просто шагать по парку, всем телом ощущая радость движения.
- И дарить радость другим: улыбкой, словом или ласковым жестом.
- И вспомнить обо всех кто нам помог или нас любил и любит.
- Порадоваться, что мы встретились когда-то.
- И ощутить благодарность.

Тайминг: 1 минута

Ведущий: “Давайте напишем письма благодарности, каждый свое.

Начните каждый раз со слов: Я благодарна...”.

Тайминг: 1 минута

Завершение. Рефлексия.

Участники садятся в общий круг, посередине – свеча.

По кругу передается мягкий зайчик, и каждый продолжает фразу:

- Я почувствовала...
- Я поняла...

Ведущий: “Возьмемся за руки. Все хорошее мы возьмем с собой, и пусть оно помогает нам в жизни.”

А сейчас все вместе сделаем глубокий мягкий вдох и на выдохе – загасим свечку...

