

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
"Муринский детский сад комбинированного вида №7"

ПРИНЯТА

на Педагогическом совете
МДОБУ «Муринский ДСКВ №7»
Протокол от 29.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом МДОБУ
«Муринский ДСКВ №7»
от 29.08.2025 г. №79 - ОД

**Психолого-педагогическая программа
ранней профилактики буллинга**

Срок реализации
программы - 1 год.

Составитель программы:
педагог-психолог
Мрозовская Е.В.

г. Мурино
2025 г.

Содержание

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
Пояснительная записка	3
Планируемые результаты освоения программы	6
Психолого-педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	6
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	11
Содержание деятельности по профилактике буллинга в образовательной среде	11
Календарно-тематический план	13
Формы, способы, методы и средства реализации программы	14
ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	14
Психолого-педагогические условия реализации программы	15
Организация предметно-пространственной среды	16
Список литературы	18
Приложение	19

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Агрессивные проявления у детей являются одной из наиболее острых проблем не только для работников сферы образования, но и для общества в целом. Рост детской преступности, увеличение числа детей, проявляющих агрессию в повседневной жизни, выдвигают на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления.

Особенно важным изучение агрессивности является в дошкольном возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще можно предпринять своевременные корректирующие меры. Агрессивное поведение встречается у большинства детей. Однако у ряда детей агрессивное поведение становится устойчивой характеристикой личности. В итоге у ребенка возникают сложности с самореализацией, личностным развитием, общением с окружающими людьми.

Согласно С.В Кривцовой буллинг - это агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться. Кривцова считает, что неравенство сил и повторяемость являются двумя существенными признаками буллинга.

Предотвращение случаев травли среди сверстников является важнейшей задачей, поскольку жестокое отношение к ребёнку неминуемо приводит к негативным последствиям. Проблема буллинга осложняется тем, что буллинг может носить скрытый характер и всегда является систематически повторяющимся явлением, что осложняет работу специалистов и требует от них особых навыков и подготовки.

Актуальность проблемы профилактики буллинга заключается в том, что не созданы универсальные способы борьбы с данной проблемой в детском саду, воспитатели не замечают или не хотят замечать травли среди дошкольников, из-за этого вовремя не оказывается необходимая поддержка и помощь как «жертвам», так и «обидчикам».

Проблеме буллинга в последние 30 лет стали уделять большое внимание во всем мире. Впервые это явление было описано скандинавским ученым Дэвидом Олвеусом в 70-е годы прошлого столетия. Основоположниками исследования буллинга в западной психологии по праву считаются такие ученые, как А. Пикас и П. Хайнеманн. Кроме того, проблему буллинга изучали и британские исследователи В. Бесаг и Д. Лэйн. Первые упоминания об исследованиях школьной травли относятся к 1905 г. Французский ученый К. Дьюкс в одной из своих работ впервые исследовал данный феномен, и его научные изыскания были положены в основу целого ряда трудов европейских исследователей. Благодаря работам Д. Олвеуса, Е. Роланда и других ученых в 1978 г. понятие «буллинг» было введено в научный оборот.

В отечественной науке комплексное изучение буллинга только начинается, ранее рассматривались отдельные части ситуации буллинга - агрессия и насилие. В России изучением буллинга занимаются И.С. Кон, О.Л. Глазман, И. Бердышев, А.А. Бочавер и К.Д. Хломов и др.

Таким образом, в научном мире существует большое количество мнений о природе зарождения буллинга, механизмах его протекания и результатах воздействия. Тем не менее, явление буллинга все еще считается мало изученным и требует фундаментальных теоретических исследований, как основы для формирования эмпирических знаний о нем.

К сожалению, несмотря на распространенность данного явления в современном обществе, буллинг в нашей стране в должной мере не исследуется, не обсуждается и его проблема не освещается в полном объеме в СМИ.

Буллинг - это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам.

Большинство людей думают, что физическая агрессия и социальное насилие, характерные для буллинга (англ. bullying - агрессивное преследование, травля, запугивание, третирование, задиранье и т.п.), начинают проявляться примерно с конца начальной школы и продолжаются в течение всего периода средней школы. Но буллинг среди детей дошкольного возраста намного более распространен, чем вы можете предположить. Поскольку такое поведение ассоциируется, как правило, со взрослыми детьми, оно часто упускается из виду в раннем возрасте, когда достаточно трудно отличить вполне нормальные социальные эксперименты и буллинг на ранних стадиях формирования.

Проводниками насилия в детском саду являются отдельные дети, очень редко обособленная группа детей, еще реже, когда вовлекается весь детский сад.

У дошкольников насилие проявляется в отдельных акциях, спонтанно. Характерной чертой насилия является непосредственность (нет предварительной стадии предвкушения, обдумывания). У дошкольников нет времени для накопления напряжения, которое ищет выхода и находит разрядку. Одно состояние мгновенно сменяется на противоположное – от спокойствия к ярости.

Дошкольники не осознают до конца своих действий, у них отсутствует понимание последствий и чувства вины. Оправданием насилия чаще всего является незначительный проступок, наказание агрессора несоразмерно провинности, оцениваемой крайне субъективно.

Программа профилактики агрессивного поведения и буллинга среди детей дошкольного возраста предназначена для расширения базовых социальных умений детей с агрессивным поведением.

Цель программы: системная первичная профилактика агрессивного поведения и буллинга у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи программы:

1. Организовать комплексную работу по профилактике агрессивного поведения среди дошкольников, родителей (законных представителей) и педагогов образовательной организации.
2. Создать благоприятный психологический климат в группе.
3. Снизить агрессивные и враждебные реакции;
4. Формировать навыки конструктивного реагирования в конфликте;
5. Воспитывать доброжелательные отношения друг к другу, развивать у детей социальные навыки и навыки межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.
6. Повышать психолого – педагогическую грамотность педагогов образовательного учреждения и родителей (законных представителей) по вопросам буллинга и взаимодействия с детьми с агрессивным поведением.

Принципы программы:

Работа по профилактической программе строится на следующих принципах:

1. Принцип активности.

Активность детей носит особый характер, дети вовлекаются в специально разработанные действия. Это может быть проигрывание той или иной ситуации, выполнение упражнений наблюдение за поведением других.

Принцип активности опирается на известную из области экспериментальной психологии идею: ребенок усваивает 10% того, что он слышит, 50% того, что он видит, 70% того, что проигрывает, и до 90% того, что делает сам.

2. Принцип исследовательской творческой позиции.

Суть этого принципа заключается в том, что дети осознают, обнаруживают, открывают, приобретают свои личные ресурсы, возможные особенности и черты.

Исходя из этого принципа, работа психолога заключается в том, чтобы организовать те ситуации, которые бы давали возможность детям группы осознать, апробировать новые способы поведения.

3. Принцип объективности.

В процессе занятий поведение участников переводится с импульсивного на объективированный уровень. Универсальным средством объективизации поведения

является обратная связь. Создание условий для эффективной обратной связи в группе – важная задача работы психолога.

4. Принцип партнерского (субъект - субъектного) общения.

Партнерскими, или субъект – субъектным общением является такое, при котором учитываются интересы других участников взаимодействия, а также их чувства, эмоции, переживания.

Реализация этого принципа создает в группе атмосферу безопасности, доверия, открытости, которая позволяет участникам группы экспериментировать своим поведением, не стесняясь и не боясь ошибок.

Планируемые результаты освоения программы

В результате реализации программы планируется достижение следующих результатов:

- у педагогов и родителей (законных представителей) сформированы элементарные знания о взаимодействии с детьми агрессивного поведения и буллинга;
- улучшился психологический климат в дошкольной группе;
- профилактика агрессивного поведения и буллинга в дошкольной среде;
- снижение эмоционального напряжения среди детей старшего дошкольного возраста, повышение уверенности в себе, расширение тактик поведения и способов взаимодействия с окружающим миром.

Психолого-педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

В диагностике используются:

1. Методика «Кактус» (М. Панфилова).

Форма проведения: индивидуальная, групповая.

Время проведения теста: 10-15 минут.

Цель методики – определение состояния эмоциональной сферы ребенка, наличие и направление агрессии, ее интенсивность и т.п.

Стимульный материал: лист белой бумаги размера А4, цветные карандаши.

Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус – такой, какой себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Затем рисунки детей собираются и обрабатываются, за каждый показатель рисунку присваивается 1 балл.

Интерпретация:

Агрессия – наличие иголок. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга иголки показывают высокую степень агрессивности.

Импульсивность – отрывистость линий, сильный нажим.

Эгоцентризм – крупный рисунок.

Неуверенность в себе – маленький рисунок.

Зависимость – рисунок расположен внизу листа.

Стремление к лидерству – рисунок в центре листа.

Демонстративность – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.

Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – использование ярких цветов, «радостные» кактусы.

Тревога – использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки прерывистыми линиями.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интравертированность – на рисунке изображен один кактус.

Наличие чувства одиночества – дикорастущее, «пустынные кактусы».

Стремление к домашней защите, наличие чувства семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение комнатного растения.

Женственность – наличие украшений, мягких линий и форм.

После этого по каждому ребенку выявляется его уровень агрессивности:

0-3 балла – низкий уровень агрессивности.

4-6 балла – уровень агрессивности ниже среднего.

7-9 баллов – средний уровень агрессивности.

10-12 балла – уровень агрессивности выше среднего.

2. Методика «Игра в секрет».

Методику исследования межличностных отношений дошкольников «Игра в секрет» (для определения статуса ребенка в группе сверстников) предложила Т. А. Репина.

Экспериментатор находится в комнате со шкафчиками для одежды и предлагает ребенку поиграть в «Секрет»: «Сейчас я дам тебе три картинки, и ты можешь их подарить тем детям, которым захочешь, только каждому по одной. Можно положить картинки и тем ребятам, которые болеют, если хочешь». Последнее говорится как бы скороговоркой, чтобы дети не воспринимали это положение как обязательное. Экспериментатор выясняет у ребенка, какая картинка нравится ему больше всего, какая меньше.

На обратной стороне каждой картинки рядом с номером ребенка по групповому списку ставится условное обозначение: А (первый выбор – лучшая, по мнению ребенка, картинка), Б (второй выбор), В (третий выбор).

Затем ребенку говорят: «Теперь подумай как следует, кому из ребят ты хочешь подарить картинки, и положи их в шкафчики, а другие ребята положат тебе».

После того как дошкольник положил все подарки в шкафчики, экспериментатор спрашивает: «Скажи, пожалуйста, почему ты самую красивую картинку подарил... Маше?» (называлось имя ребенка, которому испытуемый подарил картинку первого выбора). В заключение экспериментатор задает вопрос: «А как ты думаешь, кто из детей вашей группы может тебе подарить картинки?».

В протоколе фиксируется: как ребенок относится к мысли подарить картинки другим; имена детей, которым испытуемый отдает свои 1, 2, 3-й выборы, и время реакции выборов; обоснование первого выбора; ожидаемые выборы.

Чтобы дети, уже принявшие участие в обследовании, не общались с теми, которые в эксперименте еще не участвовали, их уводят в другое помещение или на прогулку. Когда все дети сделают свой выбор, экспериментатор просматривает шкафчики, вынимает картинки, фиксирует в протоколе обозначения, имеющиеся на оборотной стороне каждой (какой степени выбор и от кого) и подсчитывает общее количество выборов, полученных ребенком. После этого подарки возвращаются на место, чтобы дети, с нетерпением ожидавшие разрешения войти в раздевальную комнату, могли их забрать.

Особое внимание следует уделить фиксации результатов эксперимента. С этой целью составляется специальная таблица в виде матрицы.

В клетках граф матрицы напротив фамилии каждого ребенка фиксируются суммарные данные по ряду параметров социометрического статуса. В первые столбцы заносятся показатели, характеризующие статус ребенка в группе: общее количество выборов, которые он получил; суммарное количество баллов, при начислении которых учитывается степень выборов (первый выбор обозначается буквой А и оценивается в 5 баллов, второй (выбор Б) – в 4 балла, а третий (В) – в 3 балла) и их взаимность (при взаимности цена выборов удваивается – если ребенок получил взаимный выбор А, то он получает 10 баллов, если взаимный выбор Б – 8 баллов, В – 6 баллов). Взаимным считается тот выбор, при котором дети дарят картинки друг другу (при этом не важно, одинаковые или разные по весу выборы).

Кроме того, в матрице соотносятся ожидаемые выборы и выборы, полученные в действительности. Показателем оценки ребенком своего положения в группе является число детей, от которых он предполагает получить подарки, по сравнению с действительно полученным числом подарков. Таким образом, устанавливается мера осознанности ребенком своего статуса в группе. Этой мерой является соотношение оправдавшихся выборов с ожидаемыми.

В результате обработки полученных данных собирается информация о том, какой статус имеет ребенок среди сверстников и насколько он его осознает. Обычно выделяют три статуса: высокий, средний и низкий. Высокий статус имеют дошкольники, получившие наибольшее количество выборов; средний – дети, получившие 3–5 выборов; низкий – дошкольники, оставшиеся без картинок или получившие лишь одну.

3. Методика «Рисунок семьи» (Л. Корман).

Цель: исследование межличностных отношений ребенка с родителями.

Данная методика отражает, в первую очередь, переживания и восприятие ребенком своего места в семье, отношение ребенка к семье в целом и отдельным ее членам.

Материалы: для исследования необходимы лист белой бумаги размером 15х20 см или 21х29 см, шесть цветных карандашей, ластик.

Ребенку дается инструкция: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Ни в коем случае нельзя объяснять, что обозначает слово «семья». Если ребенок спрашивает, что ему рисовать, психолог должен просто повторить инструкцию. Даже если он задаст вопрос типа: «А бабушку рисовать надо?» - не отвечайте на вопрос прямо, а лучше скажите: «Рисуй так, как тебе хочется». Время выполнения задания не ограничивается (в большинстве случаев оно длится не более 35 минут).

При выполнении задания следует отмечать в протоколе: а) последовательность рисования деталей; б) паузы более 15 сек.; в) стирание деталей; г) спонтанные комментарии ребенка; д) эмоциональные реакции и их связь с изображаемым содержанием.

После выполнения задания надо стремиться получить максимум информации вербальным путем. Обычно задаются следующие вопросы:

1. Скажи, кто тут нарисован?
2. Где они находятся?
3. Что они делают? Кто это придумал?
4. Им весело или скучно? Почему?

5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?

6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Последние два вопроса провоцируют ребенка на открытое обсуждение чувств, что не каждый ребенок склонен делать. Поэтому, если ребенок не отвечает на них или отвечает формально, не следует настаивать на ответе. При опросе нужно выяснить смысл нарисованного: чувства к отдельным членам семьи, почему ребенок не нарисовал кого-нибудь из членов (если так произошло); что значат для ребенка определенные детали рисунка (птицы, зверушки и т.д.). При этом следует избегать прямых вопросов, настаивать на ответе, так как это может вызвать тревогу, защитные реакции.

После опроса ребенку предлагается решить 6 ситуаций: три из них должны выявить негативные чувства к членам семьи, три – позитивные.

1. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал идти с тобой?

2. Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?

3. Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы) и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?

4. Ты имеешь «N» билетов (на один меньше, чем членов семьи) на интересную кинокартину. Кто останется дома?

5. Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?

6. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

Для интерпретации также надо знать: а) возраст исследуемого ребенка; б) состав его семьи, возраст братьев и сестер; в) если возможно, иметь сведения о поведении ребенка в семье, детском саду.

Интерпретацию рисунка условно можно разделить на три части:

1) анализ структуры «Рисунка семьи»; 2) интерпретацию особенностей графических презентаций членов семьи; 3) анализ процесса рисования.

Анализ структуры рисунка семьи и сравнение состава нарисованной и реальной семьи.

Ребенок, переживающий эмоциональное благополучие в семье, как правило, рисует полную семью. Искажение реального состава семьи всегда заслуживает

пристального внимания, так как за этим почти всегда стоят эмоциональный конфликт, недовольство семейной ситуацией.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание деятельности по профилактике буллинга в образовательной среде

Основные методы профилактики буллинга:

1. Методы, ориентированные на конкретного ребенка.
2. Методы, направленные на семью.
3. Методы, направленные на ближайшее окружение ребенка.

Программа включает в себя следующие направления:

1. Работа на уровне образовательной организации:
 - диагностика психоэмоционального состояния детей;
 - мотивационно-образовательная работа с администрацией ДОО;
 - сплочение образовательного сообщества;
 - формирование благоприятного психологического климата.
2. Работа с родителями и педагогическим коллективом:
 - программа повышения психолого-педагогической компетентности педагогов ДООУ и родителей;
 - консультативная работа с родителями и педагогическим составом ДООУ.
3. Работа с детьми:
 - коррекционная и консультативная работа с агрессивными детьми;
 - работа с детьми, подвергающимися жестокому обращению;
 - повышение коммуникативной культуры дошкольников;
 - профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере;
 - развитие стрессоустойчивости и уверенного поведения.

Психолого-педагогические аспекты ранней профилактики буллинга. Для определения буллинга и его последствий необходим сбор информации и проведение психологического обследования. Проводится опрос пострадавшего и возможных

участников буллинга, а также свидетелей. Полученная информация анализируется. В ходе анализа выясняется тип агрессора, реальность буллинга, характер буллинга, его основные проявления, длительность буллинга, поведение пострадавшего и остальные важные обстоятельства, необходимые для диагностики буллинга.

Профилактика буллинга бывает первичной, вторичной и третичной.

Первичная профилактика направлена на создание условий недопущения буллинга, а также скорейшее разобщение дошкольника со стрессовым воздействием, укрепление защитных сил организма, противостояние травли. В первую очередь, необходимо признать наличие проблемы буллинга, оценить ее масштаб. Затем определяется серьезность проблемы, вырабатывается план действий, а затем реализуется подготовленный план.

Вторичная профилактика – это своевременное выявление последствий буллинга и оказание пострадавшему квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика включает в себя реабилитацию детей с тяжелыми формами последствий буллинга. Необходимо проконсультировать ребенка и выявить опасность последствий буллинга.

В то же время полностью искоренить проблему буллинга невозможно. Необходима серьезная и основательная работа по его профилактике, по предупреждению конфликтов. Этой работой должны заниматься все участники образовательного процесса. Профилактическая работа должна быть направлена на изменение социальной, семейной и личностной ситуации дошкольников посредством специальных педагогических и воспитательных мероприятий. Основной целью профилактических мероприятий должна быть помощь детям в противостоянии агрессии, совладение с ситуацией стресса, а также информирование детей о необходимости уважительного отношения к окружающим. В этом направлении эффективными могут быть тренинги на сплочение коллектива, развитие эмпатии по отношению к другим детям.

Для профилактики буллинга необходимо подготовить педагогов для работы с агрессивными детьми и детьми, которые могут стать потенциальными жертвами. Важную роль играет психологическое просвещение родителей, а также законных представителей дошкольников, формирование самостоятельности у детей и социально-коммуникативных навыков, работа над самооценкой каждого ребенка.

Все профилактические мероприятия должны быть объединены в единую систему профилактики буллинга. Должны быть установлены правила и нормы, направленные против буллинга. Кроме того, у каждого ребенка должны быть сформированы определенные установки. Необходимо научить детей мирно разрешать конфликты.

Календарно-тематический план

№	Мероприятие	Сроки проведения
Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий по профилактике буллинга		
1	Утвердить на педсовете программу профилактики буллинга. Разработать комплексный план мероприятий по профилактике буллинга. Подготовить методические материалы в рамках плана. Изучить нормативно-правовые документы по профилактике буллинга.	Сентябрь
2	Подготовить информационные раздаточные материалы (памятки буклеты по проблеме буллинга). Подобрать диагностические методики.	Октябрь
Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с коллективом ДОО		
1	Педагогический совет «Основные механизмы и проявления буллинга».	Октябрь
2	Совещание по теме «Распространенность и особенности проявления буллинга».	Ноябрь
3	Совещание по теме «Роль педагогов в профилактике буллинга».	Январь
4	Лекция для педагогического коллектива по теме «Буллинг как социально-педагогическая проблема».	Февраль
5	Семинары, деловые игры, тренинги для педагогов.	В течение учебного года
6	Групповые и индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций.	В течение учебного года
Работа с родителями		
1	Общее родительское собрание по теме «Профилактика буллинга».	Октябрь
2	Выпуск буклета о профилактике буллинга.	Октябрь
3	Родительские собрания в группах по теме «Как предотвратить буллинг».	Ноябрь

4	Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям о профилактике буллинга».	В течение года
5	Индивидуальные консультации по профилактике конфликтных ситуаций.	В течение года
Мероприятия, проводимые с воспитанниками		
1	Беседа по теме «Давайте жить дружно».	Сентябрь
2	Психологическая диагностика детей по методикам: «Кактус», «Игра в секрет», «Рисунок семьи».	Сентябрь
3	Просмотр мультфильмов о дружелюбном поведении с последующим обсуждением.	Октябрь
4	Чтение детских художественных книг о дружбе с обсуждением.	Ноябрь
5	Занятие «В гостях у матрешки» (с играми).	Декабрь
6	Занятие «Дружеская поддержка» (с играми).	Январь
7	Психологическая игра «С друзьями не страшно». Игры на релаксацию и расслабление «Хоровод» и «Аквариум».	Февраль
8	Занятие «Настроение» с упражнениями «Штанга», «Дотронься до», «Воздушный шарик» с целью понимания своих и чужих эмоций.	Март
9	Комплекс упражнений на снятие тревожности.	Апрель
10	Психологический тренинг «Знакомство с эмоциями. Гнев».	Май
11	Повторная психологическая диагностика детей по методикам: «Кактус», «Игра в секрет», «Рисунок семьи».	Май

Формы, способы, методы и средства реализации программы

Этапы реализации программы:

1. Диагностический, или ориентировочный этап. Включает в себя диагностическое обследование, наблюдение и выявление агрессивности детей. Тесты, выявляющие степень агрессивности.

2. Основной этап. Проведение мероприятий по снижению высокого уровня агрессивности, по обучению дошкольников конструктивному общению, формирование у дошкольников умения понимать настроение свое и чужое, а также регулировать собственное поведение в момент появления гнева.

3. Аналитический этап. Включает в себя повторное обследование детей для того, чтобы выявить результативность коррекционной работы, а также консультации педагогами и родителями.

Формы и методы работы.

Беседа (вводная, аналитическая, итоговая); объяснение, инструктаж; демонстрация, наблюдение;

Игровые упражнения: для развития мелкой моторики, упражнения для релаксации и визуализации, упражнения для развития эмоциональной, коммуникативной сферы; игры с песком, с водой, изо-арт-терапия.

В программе используются упражнения, предложенные Н.В. Ключевой, Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной, Н.Л. Кряжевой.

Форма проведения и условия организации занятий. Формы занятий: индивидуальная и подгрупповая. Программа включает 9 занятий по 2 занятия в месяц. Продолжительность каждого занятия 25-30 минут.

Структура занятий:

1. Вводная часть (2-3 минуты): приветствие, игры на сплочение и повышение доверия.

2. Основная часть (15-30 минут): включает в себя упражнения и игры по обучению приемлемым способам выражения эмоций, упражнения на снятие психоэмоционального напряжения и т.д. Формирование адекватного реагирования на негатив.

3. Заключительная часть, направленная на рефлекссию. Выясняется, что нового узнали дошкольники, что им понравилось особенно. Завершение занятия.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Психолого-педагогические условия реализации программы

Содержание программы представлено в календарно-тематическом плане, однако предполагает гибкий подход к планированию образовательной деятельности. Начало реализации программы, а также срок реализации каждого события зависит от конкретных условий детского сада, предпочтений педагогического коллектива и

других участников образовательных отношений, а также от индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их индивидуальных потребностей и интересов. Все события являются добровольными и проводятся с тем количеством детей и родителей, которое изъявило желание в них участвовать.

Для того, чтобы гармонично встроить предложенные мероприятия в общую модель образовательной деятельности сада (группы), нужно соединить перспективный план программы с перспективным планом реализации обязательной части ОП ДО. Для того, чтобы не допустить перегрузки детей, возможно, будет необходимо оптимизировать имеющуюся сетку образовательной деятельности и часть ранее запланированных занятий проводить не в форме организованной взрослым деятельности, а в иных формах реализации ОП ДО.

Организация предметно-пространственной среды

В соответствии с ФГОС ДО ППРОС ДОО обеспечивает и гарантирует:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия обучающихся с ТНР, проявление уважения к их человеческому достоинству, чувствам и потребностям, формирование и поддержку положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, в т.ч. при взаимодействии обучающихся друг с другом и в коллективной работе;
- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОО, группы и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития обучающихся дошкольного возраста с ТНР в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения как с детьми разного возраста, так и с педагогическими работниками, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;
- создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования и профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;
- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания обучающихся, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия педагогических работников с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка и

учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития обучающихся).

Материально-техническое оснащение

Наименование	Количество
Стол для педагога-психолога	1
Стул офисный	2
Столы детские	3
Стол детский с комплектом из 6 конструкторов	1
Пуфик - груша	1
Набор бумаги белой и цветной	1
Набор карандашей	1
Игра с кубиком “Эмоции и чувства”	1
Плакат “Измеритель гнева”	1

Стулья детские	4
Стеллаж для пособий	2
Шкаф для верхней одежды	1
Сухой бассейн с мячиками	1
Коврик “Пазл”	1
Развивающий сортер Монтессори	1
Гео мозаика Юниор	1
Fun to play черный	1

Список литературы

1. Бардышевская М.К. Лебединский В.В. Диагностика эмоциональных нарушений у детей. Москва: Когито-Центр, 2019. 283 с.
2. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга // Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И.Герцена. 2019. №105.
3. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения. Санкт-Петербург: Питер, 2014. 368 с.
4. Кон И.С. Дружба. Санкт-Петербург: Питер, 2015. 330 с.
5. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>
6. Коноваленко С.В. Развитие коммуникативных способностей и социализации детей старшего дошкольного возраста. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2016. 245 с.
7. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников. Москва: Академия, 2017. 176 с.
8. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. Москва: Генезис, 2017.
9. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155 // Российская газета. 2013. 25 ноября.
10. Петренко С.С. Развитие и коррекция эмоциональной сферы дошкольника // АНИ: педагогика и психологии. 2017. Том 6. №1(18). С.298-301.
11. Рояк А.А. Психологическая характеристика трудностей в отношениях со сверстниками. Москва: Педагогика, 2014. 201 с.
12. Рыбалко Р. Детская психодиагностика. Санкт-Петербург: Речь, 2005. 223 с.
13. Смирнов В.М., Трохачев А.Н. Негативные эмоциональные состояния. Санкт-Петербург: Питер, 2014. 213 с.
14. Смирнова Е.О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция. Москва: ВЛАДОС, 2015. 158 с.
15. Холодова Ю.Б. Профилактика буллинга в образовательном учреждении // Инновации в образовании и физической культуре: сборник научных и методических статей. СПб: Свое издательство, 2019.

Конспект занятия «В гостях у Матрешки» (с играми)

Цель: способствовать обогащению опыта детей в коммуникации.

Воспитатель: ребята, мы сегодня с вами в гостях у Матрешки. Поиграем в игры, которые нам помогут быть дружнее.

Игра «Будем заваривать чай»

Дети садятся полукругом на стулья. Педагог сообщает, что к ним в гости придет кукла Таня.

Педагог: Дети; а как мы встречаем гостей?

Дети: Скажем: «Здравствуй, Таня»

Педагог: Дети, а что мы скажем Тане?

Дети: Садись, Таня, с нами, пожалуйста.

Педагог: Дети, давайте угостим Таню чаем.

Педагог: Ребята, давайте накроем стол для чаепития. Выходите Софья, Злата, Савелий.

Педагог: Расстилаем скатерть, расставляем чашки, конфетницу, блюдца, чайник, ложки для сахара, цветы.

Дети расставляют кукольный сервиз. Педагог предлагает присесть к столу.

Педагог: Ребята, разливайте чай.

Дети первой наливают чай Тане, потому что она гостя.

Педагог: Правильно, дети, гостью всегда уделяют внимание первым.

Дети: Угощайся, Таня конфетой. Ешь Таня конфету.

Педагог: Дети, надо взять вазочку с конфетами и сказать: угощайся, Таня, пожалуйста.

Продолжается игра, дети обыгрывают чаепитие: предлагают попить чай, ложечкой размешать сахар, раздают угощение, вытирают рот салфеткой.

Таня благодарит за угощение детей и уходит.

Дети прощаются с куклой и приглашают ее снова в гости.

Педагог: Ребята, у нас в группе тоже присутствуют гости. Давайте мы накроем стол для гостей.

Педагог: Арина, ты будешь хозяйкой. Подойди, я завяжу тебе фартук. Илюша и Алиса будут твоими помощниками.

Дети накрывают стол. Расставляют чашки, блюдца, чайник, сахарницу, угощение, раскладывают ложки, ставят цветы на стол.

Педагог: Ребята, молодцы! Какой красивый стол накрыли для гостей.

Арина приглашает гостей к столу.

Дети: Проводите, гости, пожалуйста, к столу, угощайтесь.

Заканчивается игра общим чаепитием.

Игра «Подарки для Матрешки»

Воспитатель: Предлагает встать детям у панно. Загадывает загадку.

Ростом разные подружки. Но похожи друг на дружку.

Все они живут друг в дружке. А всего одна игрушка.

Что же это за игрушка?

Дети: Матрёшка.

Воспитатель: правильно, а вот и отгадка (Матрёшка встречает детей у своего домика на панно)

А посмотрите, какая она нарядная, красивая, яркая. Во что она одета матрёшка?

Дети: в рубашку, сарафан, передник (фартук), платочек.

Воспитатель: посмотрите, какие губки у матрёшки? Губки бантиком. Щечки румяные, кругленькие. А чем украшен платочек? Фартук-передник?

Дети: цветами, листьями.

Воспитатель: А какого цвета сарафан? платочек, передник? (ответы детей)

Молодцы! Все рассказали о матрёшке.

Матрёшка не простая игрушка, а с сюрпризом. В ней целое кукольное семейство (разбирает матрёшку и выставляет на стол перед детьми)

Читает стихотворение:

Семь кукол деревянных, круглолицых и румяных,

В разноцветных сарафанах на столе у нас живут.

Всех матрёшками зовут

Посмотрите мал-мала меньше.

Собирает матрёшку обратно, уточняет: деревянная матрёшка. Дает детям поиграть.

Воспитатель: А что это такое лежит на столе рядом с нашей матрёшкой (на столе письмо)

Давайте его прочитаем, (открывает конверт, читает письмо)

Ребята! У матрёшки сегодня День рождения. И она нас приглашает к себе в гости на свой праздник.

Воспитатель: Как хорошо, что мы с вами все вместе пойдем к матрёшке на День рождения.

А что же мы ей подарим? Давайте подумаем, что мы можем ей подарить?

Игра «Подарки»

1. Давайте подарим ей то, с помощью чего можно дудеть. Что же это такое? (дудочка)

2. Давайте подарим подарок, который можно надеть. Что же подарим? (платье, платочек, передник)

3. Давайте подарим сладкий, вкусный подарок, всем нравится этот подарок. Что же это за подарок? (конфеты, торт) молодцы! Знаете вкусные подарки.

4. А ещё давайте подарим цветы! Цветы любят все и все всегда им рады. Согласны.

(все подарки складывает в корзинку)

Воспитатель: Все готово у нас, можем отправляться в гости. А на чем же мы отправимся в гости? (на поезде). Проводится игра «Поезд»

Вот мы и приехали в гости к матрёшке. Детей встречает матрёшка. Здоровается с детьми.

Матрёшка: Какие же вы молодцы! Я рада вас видеть. Я вас очень ждала. Проходите.

Воспитатель: Матрёшка, а мы принесли тебе подарки, (отдает корзиночку и цветы)

Давайте дети встанем в круг и поздравим матрешку с Днем рождения.

1 ребенок: Будь здоровой, будь счастливой,

Будь, как солнышко красивой!

2 ребенок: Будь как звонкий ручеек!

3 ребенок: Будь, как бабочка игривой!

Все: И расти большой, большой,

Вот такой, такой, такой! (поднимают руки вверх)

Матрёшка: Спасибо ребятки вам за подарки и за такие теплые слова.

Воспитатель: Ребятки, давайте поведем хоровод «Каравай»

Проводится игра «Кто к матрёшке подойдет, то с ней плясать пойдет»

Воспитатель: Матрёшка, а дети приготовили для тебя стихотворения (читают).

Матрёшка: Ой, спасибо вам ребятки, порадовали вы меня, предлагаю нам дружить. А на прощание я вас угощу сладкими матрешками. (Угощает детей конфетами в форме матрешки)

Воспитатель: Давайте скажем матрёшке «спасибо» и пригласим её к нам в гости в детский сад.

Ну, а теперь ребята нам пора отправляться в детский сад. Попрощаемся с матрёшкой. Скажем ей до свидания.

Конспект занятия «Дружеская поддержка» (с играми)

Цель: способствовать сплочению группы, развитию дружеских отношений между детьми. Вызывать заинтересованность в общей цели. Развитие умения у детей действовать сообща, в команде. Учить находить компромиссы, уметь договариваться, уступать другим.

Игра «Плот»

Материал: плотные листы бумаги

Правила и ход игры:

Задачей детей является спасти как можно больше людей. На полу комнаты раскладываются несколько листов плотной бумаги. Это плоты. Пол вокруг - вода. Все участники медленно двигаются по комнате - «плавают в воде». По команде ведущего «Акулы!» все должны забраться на плот пока ведущий считает до пяти. Если кто-то не смог забраться на плот, значит его «съели акулы» и он выбывает из игры. После каждой атаки «акул» один из «плотов» убирается. Упражнение может выполняться с разными инструкциями. Например, когда плотов уже окажется очень мало, можно дать какое-то время участникам договориться, как они будут действовать, чтобы спасти всех или как можно больше людей. При этом они могут общаться друг с другом только невербально, то есть жестами и мимикой. В последнюю попытку можно разрешить разговаривать.

Игра «Кораблекрушение»

Методика проведения: воспитатель объявляет: «Мы плыли на большом корабле, и он сел на мель. Потом поднялся сильный ветер. Корабль снялся с мели, но мотор сломался. Шлюпок достаточно, но рация испортилась. Что делать? Дети обсуждают возникшую ситуацию и рассматривают все возможные выходы из нее. В итоге обсуждения воспитателю играющие сообщают свой выход из ситуации.

Комплекс упражнений на снятие тревожности

Упражнение «Апельсин (или лимон)»

Цель: обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня тревожности.

Ход игры: Ребенок лежит на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите ребенка представить, что к его правой руке подкатился апельсин, пусть он возьмет апельсин в руку и начнет выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 секунд).

«Разожми кулачок, откати апельсин (некоторые дети представляют, что они выжали сок), ручка теплая, мягкая, отдыхает...»

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнения 2 раза (при этом поменять фрукты), если оно выполняется только одно; если в комплексе с другими упражнениями достаточно одного раза (с левой и правой рукой).

Упражнение «Сдвинь камень»

Цель: обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня тревожности.

Ход игры: Ребенок лежит на спине. Попросите его представить, что возле правой ноги лежит огромный тяжелый камень. Нужно хорошенько упереться правой ногой

(ступней) в этот камень и постараться хотя бы слегка сдвинуть его с места. Для этого следует слегка приподнять ногу и сильно напрячь ее (8-12 секунд). Затем нога возвращается в исходное положение; «нога теплая.., мягкая.., отдыхает...». Затем то же самое проделывается с левой ногой.

Упражнение «Черепашка»

Цель: обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня тревожности.

Ход игры: Упражнение делается лежа, лучше на боку или животе. Попросите ребенка представить, что он маленькая черепашка, которая лежит на желтом песочке (или мягкой травке) возле прозрачного ручейка (реки, озера или моря по желанию ребенка). Греет солнышко, черепашке тепло и хорошо. Ручки и ножки расслаблены, шейка мягкая... Вдруг появилась холодная туча и закрыла солнышко. Черепашке стало холодно и неудобно, и она спрятала ножки, ручки и шейку в панцирь (ребенок сильно напрягает спину, слегка выгибая ее и изображая тем самым панцирь; и также напрягает шею, руки и ноги, как бы втягивая их под панцирь; 5-10 секунд). Но вот туча улетела, опять выглянуло солнышко, вновь стало тепло и хорошо. Черепашка согрелась, и ее шея, ручки и ножки стали теплыми и мягкими и опять появились из-под панциря (спина расслабляется 5-10 секунд).

Упражнение «Расслабление в позе морской звезды»

Цель: обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня тревожности.

Ход игры: Это упражнение следует делать как завершающее после предыдущего комплекса или каких-либо других упражнений, содержащих элементы напряжения и расслабления.

Желательно упражнение выполнять под музыку. Ребенок ложится расслабленно в позе морской звезды. Попросите ребенка закрыть глаза и представить, где он любит отдыхать, где он всегда себя хорошо и безопасно чувствует. Это может быть реальное место или вымышленное. Затем пусть он представит, что находится в этом месте и делает в этом месте то, от чего он испытывает радость и удовольствие (в другом варианте – то, что хочется).

Продолжительность упражнения 1-2 минуты. В конце упражнения попросите ребенка открыть глаза, потянуться несколько раз, сесть, глубоко вздохнуть и встать.

Психологический тренинг на тему «Знакомство с эмоциями. Гнев»

Цель: Развитие коммуникативных умений и навыков.

Задачи:

- знакомство с эмоцией гнева;
- привлечение внимания к эмоциональному миру человека;
- снять эмоциональное и психическое напряжение;

– развитие восприятия, внимания, мышления.

Материалы: Облако с сердитым выражением, ручка, бумага для заметок с липким слоем, цветные и простые карандаши, сердитые пиктограммы. Картинки с изображением веселых, грустных, сердитых персонажей. Пособие «Угадай эмоцию», музыкальное сопровождение (Лядов «Баба-Яга», «Подушка-колотушка, «Стаканчик для крика», «Коробочка гнева»).

Ход тренинга

I этап. Организационный

Приветствие

Педагог. Давайте встанем в круг.

Легкое облачко в небе плывет,
Нас впереди приключение ждет.
Прежде чем с вами отправимся в путь,
Друга приветствовать ты не забудь.

(Педагог показывает детям сердитое облако).

Облачко «Здравствуйте» вам говорит.
Какое, ребята, оно на вид?
(Дети называют эмоцию облака.)
Сердитое облако нас в гости зовет,
И мы за ним полетели. Вперед!
(Под медленную музыку дети двигаются по комнате)

II этап. Мотивационный

Облако знакомится с друзьями и приглашает поиграть с ним.

III этап. Практический

Посмотрите, ребята, облако у нас сердитое. А как вы думаете почему? Давайте с вами поиграем в игру «Я сержусь, когда...»

1. Задание «Я сержусь, когда...»

Вы будете говорить, когда вы сердитесь, а я с помощью этой ручки запишу ваши ответы, и приклеим их на облачко.

Педагог: давайте поговорим, когда вы сердитесь. Закончите фразу: «Я сержусь, когда...». Детские ответы записывают на бумаге для заметок с липким слоем и приклеивают на сердитом облачке.

2. Задание «Повтори за мной».

Можно выполнять перед зеркалом.

Педагог: когда человек сердиться, злиться что он делает? Покажи, как выглядит твое лицо, когда ты сердишься. Давайте сделаем сердитого притворщика. Очень хорошо у нас получилось!

3. Игра хороводная «Король Боровик». (В. Приходько)

Хоровод. В центре ребенок в шапочке гриба - король Боровик.

Шел король Боровик
Через лес напрямик,
Он ворчал и кричал
И ногами стучал.
Был король-боровик не в духе,
Короля покусали мухи.

Дети (останавливаются и говорят Боровику):

– Эй, король Боровик!

Ты ж хороший старик,

Никого не обижай –

Свои чувства выражай!

Боровик (топает ногами):

– Ох, я злюсь, ох, я злюсь,

Очень сильно сержусь!

Дети (Боровику):

– Глубоко подыши (останавливаются, делают дружно два раза вдох-выдох), улыбнись от души! (улыбаются)

Педагог: Как хорошо, ребята, Боровика мы успокоили, научили его свои чувства выражать, никого не обижать.

4. Задание «Раздели на группы»

Детям раздаются карточки из пособия «Угадай эмоцию».

Педагог: Давайте посмотрим на эти картинки, подумаем, на какие группы мы можем их разделить.

5. Подвижная игра «Вулкан».

Среди детей по желанию выбирается один, который будет исполнять роль вулкана. Остальные дети – туристы, приехавшие на остров Настроения посмотреть на спящий вулкан. Ребенок, исполняющий роль вулкана, сидит в центре круга, изображает, что он спит. Туристы ходят по острову, постепенно приближаясь к вулкану. Вулкан, слыша приближающие шаги, начинает просыпаться (выбрасывает пепел – злиться). Далее вулкан «извергает лаву» - рычит на детей. Туристы должны спрятаться от извергающегося вулкана в заранее обговоренных местах, например, за стульчиками, под столом, на лавочке. Постепенно вулкан начинает успокаиваться: ребенок, изображающий вулкан, снова занимает свое место. Дети – туристы подходят

к остывающему вулкану и помогают ему успокоиться (поглаживают, говорят ласковые слова и т.д.)

Педагог спрашивает детей: какими еще способами мы можем справиться с нашей злостью?

6. Задание «Больше не сержусь».

Педагог. Чтобы избавиться от злости предлагаю вам ребята несколько способов.

1. «Подушка-колотушка». По ней можно стучать, когда сердишься.

2. «Стаканчик для крика». В него можно кричать, когда сердишься и злишься.

3. «Коробочка злости». Представьте, что мы на что-то рассердились, берем газету и комкаем ее, а потом бросаем в коробочку для злинок и закрываем их там.

7. Прослушивание музыки.

Педагог. Давайте прослушаем произведение Лядова «Баба Яга». Какое настроение у этой мелодии? Вместе с вами я предлагаю изобразить танец Бабы-Яги.

Посмотрите, ребята, у облака поменялась эмоция. Выражает эмоция – радость. Облако улыбнулось.

IV этап. Рефлексивный

Педагог: Настала пора нам прощаться с облаком. Давайте скажем все «До свиданья!». Посмотрите на облако. Эту эмоцию знаем, друзья?

Дети отвечают хором название эмоции.

Педагог: Что понравилось вам сегодня, ребята! С какой эмоцией мы сегодня с вами познакомились? До свидания, ребята!