

С. И. Шоакбарова

**Конспекты психолого-педагогических
развивающих занятий
для дошкольников**

Санкт-Петербург
ДЕТСТВО-ПРЕСС
2013

ББК 74.102
Ш78

Шоакбарова С. И.

Ш78 Конспекты психолого-педагогических развивающих занятий для дошкольников. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. — 64 с.

ISBN 978-5-89814-919-2

Материал конспектов занятий направлен на формирование психологического здоровья старших дошкольников и построен на основе целостного подхода к личности ребенка с учетом естественной динамики его развития. Парциально материал можно использовать в работе с детьми младшего и среднего дошкольного возраста. Занятия построены на основе главного принципа ФГТ — принципа интегративности, который на занятиях проявляется и в различных видах детской деятельности: проектировании, экспериментировании, решении проблемных ситуаций, дискуссиях и др. В каждом занятии интегрируются образовательные области «Здоровье», «Социализация», «Коммуникация», «Познание».

Книга предназначена психологам, педагогам и воспитателям ДОУ и развивающих центров, а также родителям детей дошкольного возраста.

© С. И. Шоакбарова, 2013

© Оформление. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013

ISBN 978-5-89814-919-2

Содержание

Введение	4
Формирование психологического здоровья старших дошкольников.....	6
Конспекты занятий	16
Приложение. Показатели нормы и аномалии личностного здоровья человека	60
Литература.....	61

Введение

Дошкольный возраст — важнейший этап в развитии ребенка. Это период приобщения ребенка к миру общечеловеческих ценностей. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью. Число новорожденных детей с различными недостатками развития неуклонно растет. Все чаще наблюдаются нарушения психического здоровья детей, нервно-психические расстройства. По данным некоторых исследований (А. И. Захаров), в возрасте одного—трех лет заметно нервным является каждый четвертый ребенок без различий по полу. Перед детьми, страдающими нервно-психическими расстройствами, встает проблема социально-психологической адаптации: нет контакта со сверстниками, ребенок не принят, изолирован или отвергнут. Успешное становление отношений ребенка со сверстниками — основное условие его развития, важнейший фактор формирования личности. Недостаточно развитые навыки общения, проблемы эмоционально-волевой и познавательной сфер личности ребенка приводят к множеству психологических проблем и нервно-психическим заболеваниям.

- Очень важно уже в дошкольном возрасте обратить внимание:
- ✓ на формирование у ребенка представления, что наряду с внешним миром, который можно увидеть, почувствовать, потрогать, есть и другой, скрытый — внутренний мир человека — мир желаний, настроений, переживаний, чувств. У каждого человека есть свой внутренний мир, и чем лучше человек понимает себя и других, тем больше надежд на то, что он будет жить в мире с самим собой и будет принят другими людьми;
 - ✓ превращение в объекты познавательной деятельности ребенка таких сложных явлений, как отношение к событиям жизни, настроение, эмоциональное отношение к людям, чувства, мотивы и последствия своих и чужих поступков,

характер, взаимосвязь между внутренним миром человека и его судьбой;

- ✓ формирование важнейших жизненных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе;
- ✓ формирование бережного отношения к своему физическому и психологическому здоровью.

Если представления и впечатления о внутренней жизни человека в достаточной мере в практике ребенка словесно опосредованы, проэксплуатированы разные внешние формы деятельности, а затем «прописаны» в образе мира ребенка, только тогда они смогут использоваться в сознательной регуляции поведения и социального взаимодействия.

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Многие психологические и педагогические проблемы уходят своими корнями в глубокое детство.

Основной задачей детского психолога является сохранение психологического здоровья детей. Проблема эта очень обширна, многогранна и находится далеко за рамками представляемых занятий. Однако основным компонентом поддержания и сохранения психологического здоровья детей автор считает развитие эмоционально-волевой сферы. «Психологическое здоровье делает личность самодостаточной. ...Мы вооружаем (вернее, должны вооружить) ребенка — в соответствии с его возрастом — средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира» (И. В. Дубровина, 2000).

«Для психического здоровья необходима сбалансированность эмоций, поэтому при воспитании эмоций у детей важно не просто научить их стимулировать себя в процессе волевого действия с помощью положительных эмоций, но и не бояться отрицательных эмоций, неизбежно возникающих в процессе деятельности, творчества, ибо невозможно представить себе какую-то деятельность без неудач, ошибок и срывов» (М. И. Чистякова).

Сохранить психологическое здоровье ребенка — значит научить его адаптироваться к любой среде, противостоять стрессовым ситуациям и творчески относиться к действительности.

У детей дошкольного возраста неустойчивая эмоционально-волевая регуляция: они не могут управлять своими эмоциональными состояниями, в связи с чем у них наблюдаются импульсивное поведение, сложности в общении со сверстниками и взрослыми.

Поэтому необходима работа по постепенному формированию осознания и контроля своих переживаний, понимания

эмоциональных состояний других людей, развития волевого поведения. По мнению Р. В. Овчаровой, этот процесс развития произвольной психической саморегуляции и самоконтроля довольно сложный и длительный, часто осуществляется стихийно и приводит к нежелательным последствиям: труднообучаемости и трудновоспитуемости ребенка.

Главное направление развития эмоционально-волевой сферы у дошкольников — появление способности управлять эмоциями, то есть произвольного поведения. Поведение постепенно превращается из побуждаемого спонтанными чувствами и впечатлениями («полевого поведения») в поведение «волевое», что означает переход от внешней к внутренней его регуляции, к возможности выбора собственного поведения (А. И. Леонтьев, 1995). Другое направление в развитии эмоций в дошкольном возрасте — эмоции становятся устойчивыми, приобретают большую глубину. Появляются высшие чувства — сочувствие, сопереживание, сострадание. Наблюдая за внешними эмоциональными проявлениями, ребенок учится понимать поведение других людей и правильно реагировать в соответствии с ним.

Основной, центральной характеристикой произвольного поведения в психологии принято считать его осознанность или сознательность. Произвольное действие всегда опосредовано более или менее сложной работой сознания, что отличает его от непроизвольного, импульсивного (С. Л. Рубинштейн, А. В. Запорожец). Признание осознанности произвольного поведения его основной, сущностной характеристикой ставит в центр развития произвольности генезис самосознания, то есть осознание себя и своих действий. Именно осознанность собственных действий, желаний, отношений делает возможным овладение и управление ими. Низкий уровень произвольной регуляции у дошкольников объясняется недостаточным развитием их самосознания, неспособностью как-то отнестись к себе и собственным действиям. Развивать психическую произвольность необходимо еще до начала обучения в школе, в старшем дошкольном возрасте через работу с самосознанием ребенка и тренировку его растущих функций. Способность регулировать различные сферы психической жизни складывается из конкретных контролируемых умений.

Известный психолог-гуманист прошлого века Э. Фромм писал о том, что человек не способен выбирать между тем, чтобы иметь или не иметь идеалы, но он способен выбирать между различными идеалами: служение власти, разрушение или же разум и любовь. От нас в значительной степени зависит, станут ли наши дети психологически здоровыми личностями и окажутся ли они в состоянии выбрать второе.

Для достижения успеха в работе по формированию психологического здоровья дошкольника автор использует систему, с помощью которой процесс развития психологически здоровой личности осуществляется в следующих сферах: деятельность, общение, самосознание. Через функционирование этих сфер происходит процесс взаимодействия психолога с ребенком и педагогами, родителями, воспитывающими его.

Цели занятий:

- ✓ раскрытие творческого, эмоционально-нравственного, интеллектуального потенциала;
- ✓ развитие навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Задачи занятий:

- ✓ формирование личности, способной к самопознанию, имеющей самосознание и умение сознательно регулировать свое поведение, а также взаимодействовать в реальном социуме;
- ✓ формирование целостной картины мира, обеспечивающей решение проблем в широком круге неопределенных ситуаций, саморазвитие личности ребенка.

Основные приоритеты:

1. Развитие чувства сопереживания, лучшего понимания себя и других, обучение умению быть в мире с самим собой.
2. Создание возможностей для самовыражения, формирование умений и навыков практического владения выразительными движениями — средствами человеческого общения (мимикой, жестами, пантомимикой).
3. Коррекция нежелательных личностных особенностей, поведения, настроения.
4. Развитие навыков общения в различных жизненных ситуациях и формирование адекватной оценочной деятельности,

направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

5. Выработка положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию при общении.

6. Повышение уровня самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния в ходе общения, формирование терпимости к мнению собеседника.

7. Совершенствование памяти, внимания, мышления, развитие восприятия, творческих способностей, воображения, речи.

8. Обучение приемам саморасслабления, снятие психомышечного напряжения.

9. Помощь ребенку в осознании своего реального «я», повышении самооценки, развитии потенциальных возможностей, отреагировании внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.

10. Обучение детей правилам хорошего тона.

Диагностика. В целях выявления особенностей психического развития детей, установления нарушений интеллектуальной, эмоционально-волевой, мотивационно-личностной сфер, особенностей взаимоотношений детей со сверстниками и взрослыми в мае, а затем в сентябре проводится обследование детей. Используются методы: сбор анамнестических сведений, наблюдение в естественных условиях, опросы и анкетирование родителей и воспитателей, применяются следующие методики: «Кактус» (авт. М. А. Панфилова), «Несуществующее животное» (авт. М. З. Дукаревич), «Цветорисуночный тест оценки психических состояний» (авт.: А. О. Прохоров, Г. Н. Генинг), «Тест тревожности» (авт.: Р. Трэммл, М. Дорки, В. Амен) (по показаниям); дети подготовительных групп обследуются по методикам «Тест Керна—Йерасека», «Графический диктант», «Домик» (авт. Н. И. Гуткина). В результате обследования выявляются дети с нарушениями в общении, страхами, агрессивностью, психомоторной гиперактивностью, неустойчивым настроением, неуверенностью, амимией, общим уровнем психического развития ниже нормы и другими проблемами. На основе данных диагностического обследования определяются содержание и форма занятий.

Организация занятий. Работа строится по принципу лично ориентированного подхода к содержанию обучения, воспитания и развития; имеет подгрупповую форму. Структура занятий носит комплексный, комбинированный характер, что позволяет перераспределять и уплотнять задачи. При подборе содержания материала учитывались общие принципы обучения и воспитания, принятые в дошкольной педагогике и психологии: доступность, системность, последовательность, повторяемость, концентричность материала, а также следующие принципы работы в развивающих группах.

- ✓ Уважительное и доброжелательное отношение к детям, их потребностям. Не допускается малейшее пренебрежение их настроением, самочувствием.
- ✓ Каждый ребенок принимается таким, какой он есть, признаются его ценность, значимость, уникальность.
- ✓ Недопустимы менторская позиция, упреки и порицание за неуспех.
- ✓ Занятия проходят в игровой форме, что вызывает у детей живой интерес.
- ✓ Успех переживается детьми как радость, этому способствует положительная эмоциональная оценка любого малейшего достижения ребенка.
- ✓ Большое внимание уделяется развитию способности к самостоятельной оценке своей работы, так как самооценивание позволяет спокойнее относиться к результату своей деятельности и оценке со стороны взрослых.
- ✓ Создание у ребенка чувства безопасности и дозволенности в системе отношений, благодаря чему он может свободно исследовать и выражать свое «я», безопасно проявлять эмоции и чувства.
- ✓ Позиция взрослого не «над», а «рядом» с ребенком (сотрудничество).
- ✓ Применение методов стимулирования: поощрение, убеждение, показ, оценка.
- ✓ Применение наглядно-действенных методов.
- ✓ Постепенность развивающе-коррекционного процесса (не предпринимаются попытки его ускорить). У каждого ребенка свой срок и свой час.

Занятия строятся в доступной и интересной форме с учетом возрастных особенностей детей. Оптимальная периодичность встреч — 1 раз в неделю. Тематика и планы занятий могут меняться в зависимости от проблем конкретной группы детей, но соблюдается последовательность, взаимная преемственность тем. Для старших дошкольников создаются развивающе-коррекционные группы.

Каждая группа состоит из 6—8 детей (самих групп — от 1 до 3-х). Группы составляются не по одному какому-то признаку (дети только со страхами, только с неустойчивым вниманием и др.), напротив, дети с разными проблемами занимаются вместе.

Занятия начинаются в октябре. Курс в среднем состоит из 18 занятий, которые проводятся один раз в неделю. Каждое занятие включает в себя этюды, игры, упражнения, доступные детям по содержанию, периодически происходит смена видов деятельности, минуты отдыха и психологической разгрузки. Занятие длится от 20 до 30 минут, продолжительность его зависит от качества внимания, возраста, поведения детей. Процесс проведения занятия предполагает гибкость и творчество (задания меняются, дополняются); виды заданий, составляющих занятие, могут повторяться, усложняться, упрощаться, группироваться в зависимости от проблем и успехов детей, составляющих группу. Каждое занятие состоит из следующих трех частей.

I. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы психики.

Возможные темы и виды заданий:

- ✓ упражнения на развитие мимических движений;
- ✓ игры на определение и передачу эмоциональных состояний человека при помощи мимики и жестов;
- ✓ игры по обучению выразительным движениям;
- ✓ этюды на распознавание различных жестов, развитие выразительности движений;
- ✓ этюды по изучению поз, походки;
- ✓ игры на развитие умения выражать различные эмоции;
- ✓ игры и этюды на выражение и сопоставление различных черт характера;
- ✓ игры на развитие коммуникативных навыков и коррекцию взаимоотношений;

Светлана Ивановна Шоакбарова

**Конспекты психолого-педагогических развивающих занятий
для дошкольников**

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Л. В. Белканова
Художник С. В. Сергачева
Корректоры Е. С. Русанова, Н. И. Григорьева
Дизайнер А. В. Чипчикова
Верстка А. Л. Сергеенок

ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: ООО «Разум»,
127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33
E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»:
ООО «Век развития»,
192029 СПб., пр. Обуховской Обороны, д. 105.
Тел.: (812) 412-07-26, доб. 24; 8-911-924-04-58
E-mail: vek-razvitiya-1@yandex.ru

Налоговая льгота — Общероссийский классификатор продукции ОК 005-93—953000.

Подписано в печать 05.06.2013.

Формат 60×90 ¹/₁₆. Бумага офсетная. Печать офсетная.

Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 4,0. Тираж 10000 (1-й завод 3800) экз. Заказ № .

Отпечатано в ООО «ПрофПринт»,
СПб., п. Парголово, ул. Ломоносова, д. 113.
Тел.: (812) 513-85-44
E-mail: info@profprint.net