

**Е. В. Петш, А. В. Зайцева**

**«ИГРОВОЙ МАССАЖ ДЛЯ ДОШКОЛЯТ»  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ**

Санкт-Петербург  
ДЕТСТВО-ПРЕСС  
2021

**ББК 74.100**

**74.3**

**88.8**

**П29**

*Рецензент* — Е. И. Николаева, д-р. биол. наук, проф. РГПУ им. А. И. Герцена,  
Санкт-Петербург

**Петш Е. В., Зайцева А. В.**

**П29**

«Игровой массаж для дошколят»: психолого-педагогическая технология. — СПб.:  
ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021. — 80 с.

ISBN 978-5-907421-42-4

Представленная в книге технология ориентирована на решение актуальных задач современной системы дошкольного образования: развитие инклюзивного образования, помощь в адаптации детей с ОВЗ к условиям дошкольного учреждения, развитие бесконфликтной среды в старших группах детского сада. Весь материал в технологии изложен доступным языком. Четкость и алгоритмичность изложенного материала позволяют специалисту быстро и эффективно организовать работу с детьми любого уровня по проведению игрового массажа. Технология «Игровой массаж для дошколят» — лауреат Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде — 2020. Ей присвоен гриф «Рекомендовано общероссийской общественной организацией Федерация психологов образования России для реализации в образовательных организациях и центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Технология предназначена для использования педагогами и специалистами ДОУ и также будет интересна специалистам центров развития, детских клубов, санаториев и лагерей детского отдыха, а также родителям дошкольников.

**ББК 74.100**

**74.3**

**88.8**

© Е. В. Петш, А. В. Зайцева, 2021

© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,  
оформление, 2021

ISBN 978-5-907421-42-4

**Отзыв**  
**на психолого-педагогическую технологию**  
**«Игровой массаж для дошколят»**  
**педагога-психолога Петш Елены Викторовны**  
**и старшего воспитателя Зайцевой Анны Владимировны**  
**ГБДОУ детского сада № 79 Красносельского района**  
**Санкт-Петербурга**

В предлагаемом пособии для педагогов и психологов, занимающихся с детьми дошкольного возраста, представлены разработанные авторами психолого-педагогические технологии в форме игрового массажа в рамках телесно-ориентированных практик коррекционной психологии. Разработанные и апробированные авторами технологии имеют не только коррекционно-развивающую, но и профилактическую направленность на формирование эмоциональных и социально-коммуникативных функций у здоровых дошкольников и дошкольников с ограниченными возможностями здоровья.

Авторы четко учитывают возрастные и психологические особенности детей дошкольного возраста. Материалы изложены доступным языком, проиллюстрированы и могут быть рекомендованы не только для психологов и педагогов, работающих с дошкольниками с ограниченными возможностями здоровья, но и для родителей. Авторам я желаю продолжать работу в данном направлении.

Актуальность и практическая значимость психолого-педагогических технологий в рамках телесно-ориентированной терапии имеют важное значение в системе психологической помощи детям с проблемами в развитии.

*Доктор психологических наук,  
профессор факультета психологии  
Санкт-Петербургского государственного университета,  
специалист по детской и подростковой клинической психологии  
и психологической коррекции Мамайчук И. И.*

## Введение

Психолого-педагогическая технология «Игровой массаж для дошколят» представляет собой комплексную систему работы по использованию игрового массажа в практике дошкольного учреждения. Технология содержит описание четкой последовательности действий. В отличие от зарубежных аналогов действия массажа сопровождаются стихотворными текстами, которые произносит ведущий. Это связано с закономерностями развития образного мышления ребенка дошкольного возраста. Слушая стихотворное сопровождение, дети имеют возможность образно воспринимать характер движений, что помогает им более эффективно выполнять массажные движения.

Содержание технологии «Игровой массаж для дошколят» разработано с учетом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО) (Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155), в котором делается акцент на целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования, из которых необходимо выделить следующие: ребенок обладает чувством собственного достоинства, способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты [2].

Реализация технологии предполагает вариативность. Вариант реализации зависит от педагогических целей.

*Пошаговая реализация.* Это значит знакомить детей не со всем комплексом сразу, а начинать с трех упражнений, что занимает пять минут. Таким образом, за четыре шага можно пройти весь комплекс. Далее технологию можно использовать, исходя из своих целей и задач.

*Целостная реализация* — использование всего комплекса за один раз. Весь комплекс игрового массажа занимает 15 минут, но во время знакомства необходимо уделять время пояснениям, возможно дополнительное повторение упражнений. Поэтому необходимо планировать работу с учетом временного ресурса и возможностей детей.

При реализации технологии с дошкольниками, в том числе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), мы рекомендуем пошаговую реализацию.

Технология «Игровой массаж для дошколят» направлена на развитие профессиональных умений специалистов системы дошкольного образования, просвещение родителей детей старшего дошкольного возраста.

Данная технология может быть использована как:

- вариативная часть рабочей программы педагога-психолога;
- вариативная часть рабочей программы воспитателя, педагога дополнительного образования, инструктора по физическому воспитанию;
- часть занятия, проводимая с детьми инструктором по лечебной физкультуре.

Практическая значимость данной технологии состоит в возможности использования представленного варианта игрового массажа на практике воспитателями и специалистами ДОУ, а также в возможности достижения целей образовательной деятельности в области социально-коммуникативного развития детей дошкольного возраста через эффективное применение телесно ориентированных практик. Считаем, что данная работа будет также интересна специалистам центров развития, детских клубов, санаториев и лагерей детского отдыха.

*Авторы технологии выражают огромную благодарность за поддержку и научное наставничество при разработке данной технологии доктору биологических наук, профессору кафедры возрастной психологии и педагогики семьи РГПУ им. А. И. Герцена Елене Ивановне Николаевой.*

*Мы благодарны воспитателям детских садов № 43 Кировского района и № 79 Красносельского района Санкт-Петербурга за активную помощь в реализации технологии в группах ДОУ.*

*Благодарим заведующего ГБДОУ № 43 Н. И. Федотову, старшего воспитателя Л. И. Поповичеву, заведующего ГБДОУ № 79 Ю. А. Rogozovu за доверие и оказание административной помощи в проведении работ по внедрению технологии в дошкольных учреждениях.*

## СРОКИ, ЭТАПЫ И АЛГОРИТМ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ

**Сроки реализации** технологии зависят от выбора варианта, связанного с целями и задачами специалиста.

Пошаговый вариант может быть реализован в течение 8 месяцев.

Целостная реализация предполагает использование всего комплекса за один раз. Данный вариант эффективно использовать в работе с детьми и их родителями как досуговое мероприятие и может быть реализован с учетом подготовительной работы в течение 30—40 минут.

Весь комплекс игрового массажа занимает 15 минут. Но во время знакомства необходимо уделять время пояснениям, возможно дополнительное повторение упражнений. Поэтому необходимо планировать работу с учетом временного ресурса и возможностей детей.

При реализации технологии с детьми дошкольного возраста в образовательных учреждениях (в том числе с детьми с ОВЗ) мы рекомендуем пошаговую реализацию.

### **Этапы реализации технологии**

Система работы по реализации психолого-педагогической технологии состоит из четырех этапов:

- I. Диагностический.
- II. Подготовительный.
- III. Основной.
- IV. Заключительный.

*Таблица 1*

### **Алгоритм реализации технологии**

№ п/п	Название этапа	Цель этапа	Календарные сроки
I	Диагностический	Проведение исследования в группе старших дошкольников для выявления особенностей и характера взаимоотношений детей друг с другом	Сентябрь
II	Подготовительный	Подготовка воспитателей, родителей и детей к предстоящей работе по внедрению технологии в группе дошкольников	Октябрь
III	Основной	Проведение мероприятий, связанных с реализацией технологии «Игровой массаж для дошколят» в группах старших дошкольников и среди воспитателей и родителей	Ноябрь-март
IV	Заключительный	Подведение итогов реализации технологии «Игровой массаж для дошколят»	Апрель

## ПЕРЕЧЕНЬ И ОПИСАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ

Таблица 2

Этап	Название мероприятия	Участники
I. Диагностический	Диагностика	Дети
II. Подготовительный	Семинар «Телесно ориентированные игры для дошкольников. Современный взгляд на развитие доброжелательных отношений в детском коллективе» (приложение 5)	Воспитатели и специалисты ГБДОУ
	Выступление на педагогическом совете: знакомство с технологией «Игровой массаж для дошколят»	Воспитатели и специалисты ГБДОУ
	Выступление на родительских собраниях в группах старших дошкольников. Оформление «листа согласия» родителей на проведение технологии в группе (приложение 1)	Родители
	Индивидуальное консультирование по запросу родителя или специалиста, использующего технологию с детьми	Родители и специалисты
	Тематические занятия «Говорящая ладошка», «Ласковушки и мурашки». Беседа «Игровой массаж: правила проведения»	Дети
	Проведение технологии «Игровой массаж для дошколят»	Дети
III. Основной	Мастер-класс для родителей и воспитателей «Бережное прикосновение: играем, веселимся, заботимся» (приложение 6)	Родители, дети, воспитатели групп
	Проведения повторной диагностики	Дети
IV. Заключительный	Анализ результатов проделанной работы, обобщение полученного опыта	Специалист, реализующий технологию
	Ознакомление родителей и сотрудников учреждения с информацией, полученной в ходе анализа результатов проделанной работы	Родители, воспитатели, специалисты, администрация ГБДОУ

## РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ

К ресурсам относятся: требования к специалистам; перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации технологии; требования к материально-технической оснащённости организации для реализации технологии (помещение, оборудование, инструментарий и т. д.); требования к информационной обеспеченности организации для реализации технологии (библиотека, Интернет и т. д.).

### **Нормативно-правовое обеспечение**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ. Статья 79 «Организация получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья».

2. Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. № 1155.

3. Приказ руководителя учреждения об охране жизни и здоровья детей.

### **Научно-методическая основа**

1. *Лена Джелвиус*. Шведский массаж для детей. — Минск: Попурри, 2009.

2. *Хету Сильвия, Эльмсетэр Миа*. Прикосновение в школах. — М.: Ресурс, 2018.

3. Исследовательская работа, проводимая Е. В. Петш в целях подтверждения эффективности данной технологии под руководством Е. И. Николаевой — д-ра биол. наук, профессора РГПУ им. А. И. Герцена, переводчика книги «Прикосновение в школах».

### **Используемые методики, технологии, инструментарий**

1. Диагностические методики (приложения 2, 3, 4).

2. Телесно ориентированные игры: авторские игры (представлены в разделах II. «Подготовительный этап» и III. «Основной этап»); *Лена Джелвиус*. Шведский массаж для детей (Минск: Попурри, 2009).

3. Описание методики проведения игрового массажа представлено в книге *Мониной Г. Б., Ларечинной Е. В.* «Игры для детей от года до трех лет» (СПб.: Речь, 2008).

### **Требования к материально-технической оснащённости организации**

В работе по реализации технологии используются телесно ориентированные игры, тактильные предметы и игрушки (мячики, мягкие игрушки, массажные мячики, шарики), листы бумаги формата А4, цветные карандаши. Также понадобятся стулья и подушки для сидения на полу.

Мероприятия могут проводиться как в основной группе детского сада, так и в отдельных кабинетах лечебной физкультуры, педагога-психолога, кабинете преподавателя дополнительного образования.

### **Квалификационные требования к специалисту**

Технологию может реализовывать специалист, обладающий психолого-педагогическими знаниями закономерностей развития детей дошкольного возраста: воспитатель, учитель, педагог-психолог, социальный работник, педиатр, медсестра, инструктор по физической культуре, педагог дополнительного образования, инструктор по детскому массажу и лечебной физкультуре.

### **Сферы ответственности, основные права и обязанности участников реализации технологии (специалистов, детей, родителей, педагогов)**

Сфера ответственности основных прав и обязанностей специалиста, реализующего технологию «Игровой массаж для дошколят», прописана в трудовом договоре, заключённом с администрацией учреждения, в котором реализуется технология.



Сфера ответственности, основных прав и обязанностей родителя прописывается в договоре, заключенном с учреждением на оказание образовательных услуг. Также каждый родитель заполняет графу в «листе-соглашении», где дает или не дает разрешение на проведение игрового массажа с его ребенком.

Сфера ответственности, основных прав и обязанностей детей проговаривается на занятии предварительного этапа «Игровой массаж, правила проведения». Напоминание правил происходит в начале каждого занятия. Специалист, реализующий технологию, следит за выполнением правил, обеспечивая атмосферу безопасности для каждого ребенка.

### **Гарантия прав участников**

В ходе проведения занятий подготовительного и основного этапов реализации технологии необходимо соблюдать права участников (дошкольников). В начале проведения занятий ведущий знакомит детей с правилами работы в паре, основанными на принципах взаимоуважения, добровольности.

Помимо этого, специалист, реализующий технологию, действует, руководствуясь следующими *принципами*.

1. Личностно развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей или законных представителей, педагогических и иных работников ДОУ) и детей.

2. Уважение личности ребенка.

3. Принцип развивающего образования — ориентация на зону ближайшего развития ребенка.

4. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

5. Сотрудничество ДОУ с семьей.

6. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи.

7. Возрастная адекватность дошкольного образования — соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития.

8. Принципы дифференциации и индивидуализации воспитания и обучения, которые обеспечивают развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями.

9. Принцип комплексности, предполагающий решение любой задачи с учетом всех факторов: состояния здоровья, оказывающего влияние на работоспособность, сложности задания, времени проведения занятия, формы проведения, интенсивности работ, эмоционального состояния ребенка.

10. Индивидуализация дошкольного образования детей предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

Ведущие игрового массажа соблюдают правила взаимодействия педагога с участниками образовательного процесса, проявляют уважение, искреннюю заинтересованность, доброжелательность к каждому участнику воспитательно-образовательного процесса, учитывают культурный контекст и индивидуальные особенности каждого ребенка.

## РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ

### Ожидаемые результаты

Улучшение позитивного эмоционального микроклимата в группе старших дошкольников.

Повышение уровня бережного, заботливого отношения и доверия детей друг к другу.

Снижение уровня тревожности детей.

Использование детьми игрового массажа в повседневной самостоятельной деятельности.

Повышение интереса у родителей и воспитателей к технологии «Игровой массаж для дошколят».

Сформированность у дошкольника социальной и эмоциональной компетентности как интегративного качества личности, которое позволяет активно взаимодействовать с социумом, устанавливать контакты.

### Система организации внутреннего контроля за реализацией технологии

При формировании модели организации внутреннего контроля за реализацией технологии мы руководствовались Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [1].

Контроль осуществлялся по следующим направлениям:

- оценка качества образовательной услуги (результатов);
- оценка качества процесса;
- оценка условий реализации образовательной услуги.

Таблица 3

Направления	Показатели	Инструментарий
Оценка качества образовательной услуги (результатов)	Соответствие уровня освоения требованиям ФГОС ДО (достижение планируемых результатов — качественные и количественные). Удовлетворенность качеством всех субъектов образовательного процесса (детей, педагогов, родителей)	Наблюдение, проведение первичной и итоговой диагностики, посещение занятий, изучение документации (рабочих программ), анкетирование воспитателей и родителей
Оценка качества процесса	Соответствие технологии требованиям ФГОС ДО и потребностям детей. Соответствие технологии запросам родителей. Выполнение учебных планов в соответствии с ФГОС ДО. Качество реализации технологии. Качество индивидуальной работы с обучающимися	Изучение документации, анкетирование, экспертиза, посещение и анализ занятий
Оценка условий реализации образовательной услуги	Материально-техническое обеспечение — комплексное оснащение. Кадровое обеспечение: уровень квалификации педагогического состава; повышение квалификации педагога; профессиональная компетентность педагога; результаты профессиональной деятельности педагогов, инновационной деятельности. Психологический климат. Комфортность	Экспертиза, наблюдение, тестирование

### Критерии оценки достижения планируемых результатов

В целях проверки эффективности технологии «Игровой массаж для дошколят» автором была проведена исследовательская работа, включающая в себя три диагностические методики. Были выделены критерии, которые помогут оценить социально-эмоциональную компетентность старших дошкольников:

- внимательное, бережное и заботливое отношение детей друг к другу;
- снижение количества агрессивных действий в отношении сверстников;
- снижение уровня личностной тревожности.

На основании этих критериев был подобран диагностический инструментарий. С целью выявления уровня социально-эмоциональной компетентности старших дошкольников были использованы следующие *методы*:

1) тест тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки направлен на оценку уровня тревожности по отношению к ряду типичных для ребенка жизненных ситуаций взаимодействия с другими людьми (приложение 2);

2) модификация диагностической «силуэтной» методики М. Джеймс, Д. Джонгард позволяет оценить качество и количество тактильного контакта (прикосновений) в группе сверстников (приложение 3);

3) методика изучения взаимоотношений между детьми в группе детского сада Т. А. Репиной — игра «Секрет» (приложение 4).

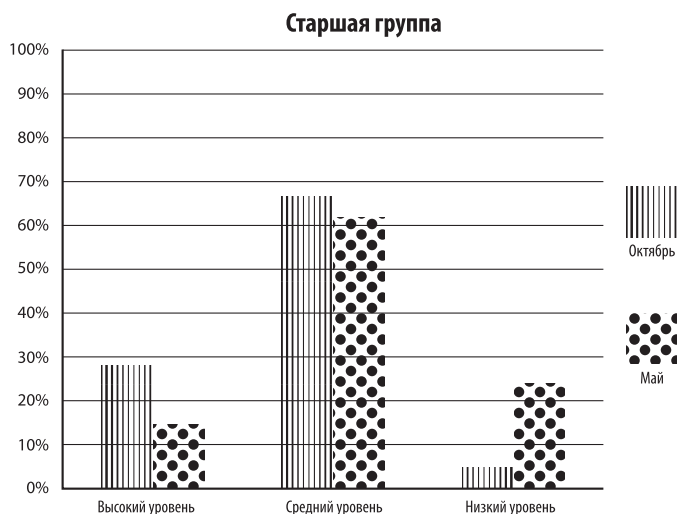
### Характеристика выборки и организация исследования

В исследовании приняли участие 60 детей старшего дошкольного возраста (старшая и подготовительная группы), посещающих дошкольное образовательное учреждение.

Экспериментальная выборка составила 40 детей старшего дошкольного возраста. Первая группа включала 21 ребенка старшей группы, вторая — 19 воспитанников подготовительной группы. Со всеми проводилась работа по реализации технологии «Игровой массаж для дошколят», а также психологическая диагностика в начале и в конце программы.

Контрольная выборка составила 20 детей старшего дошкольного возраста, с которыми не была реализована программа, но проведена диагностика в октябре и мае.

### Результаты, подтверждающие эффективность реализации технологии



# СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ «ИГРОВОЙ МАССАЖ ДЛЯ ДОШКОЛЯТ»

## I. Диагностический этап

**Цель** — проведение исследования в группе старших дошкольников для выявления особенностей и характера взаимоотношений детей друг с другом.

### **Задачи**

1. Изучить особенности взаимоотношений между детьми 5—6 и 6—7 лет.
2. Определить индивидуальный уровень тревожности детей, посещающих группу.
3. Выявить качество и количество тактильного контакта (прикосновений) в группе сверстников.

С методиками, рекомендуемыми для реализации диагностического этапа, можно ознакомиться в приложениях 2, 3 и 4.

## II. Подготовительный этап

**Возможные формы организации детей:** фронтальная (до 20 детей), подгрупповая (6—10 человек), работа с парой детей.

**Цель** — подготовка воспитателей, родителей и детей к предстоящей работе по внедрению технологии в группе дошкольников.

### **Задачи**

#### *Для воспитателей*

1. Познакомить воспитателей с телесно ориентированными практиками, используемыми в работе с дошкольниками в рамках расширения опыта работы по здоровьесбережению.
2. Познакомить воспитателей с технологией «Игровой массаж для дошколят», вызвать интерес и желание использовать технологию в своей работе с детьми.

#### *Для родителей*

1. Информировать родителей старших дошкольников об актуальности, важности данной технологии и предстоящей работы с детьми.
2. Оформить согласие родителей на проведение технологии в группе (образец — см. приложение 1).

Для реализации подготовительного этапа используются следующие формы работы с родителями:

- выступление на родительских собраниях;
- индивидуальное консультирование по запросу родителя или специалиста, использующего технологию с детьми;
- получение согласия на использование технологии в группе детей.

#### *Для детей*

1. Дать детям представления о ладони как проводнике информации о человеке.
2. Познакомить с миром тактильных прикосновений.
3. Познакомить с правилами проведения игрового массажа в паре.

## Занятие 1 «Говорящая ладошка»

**Задача** — дать представления о ладони как проводнике информации о человеке.

**Материалы:** цветные карандаши, бумага формата А5 на каждого ребенка, модель «Моя ладонь», бубен, стулья.

**Организация:** дети сидят в кругу вместе с ведущим. Занятие может проходить в двух форматах: подгрупповое (6—10 человек) и фронтальное (25 человек).

**Внимание!** Перед началом занятия ведущий сообщает детям, что на занятии будут проходить игры и упражнения, где им будет предложено прикасаться друг к другу. Каждый, кто против прикосновений, может поднять руку, это будет означать сигнал «Стоп!». Этот ребенок может не участвовать в игре или упражнении.

### Ход занятия

#### Приветствие

Дети вместе с ведущим берутся за руки, образуя круг. Все вместе ритмично произносят: «Здравствуйте!».

#### Разминка «Какая рука у соседа?»

*Ведущий просит детей посмотреть на своего соседа справа и взять его за руку так, чтобы две ладошки соединились. Затем каждый участник по очереди, поворачиваясь к соседу справа, говорит ему, какая у него рука, описывая ее качества (мягкая, теплая, влажная, нежная).*

В е д у щ и й. Ребята, посмотрите, сколько ладошки рассказали нам друг о друге. А еще давайте посмотрим, какие бывают ладошки и что они могут нам рассказать о своем хозяине.

#### Основная часть

##### Упражнение «Моя ладонь»

Ведущий показывает детям цветовую модель «Моя ладонь» с изображением кругов определенного цвета и подписей к ним. Рассказывает детям, что обозначают цвета: красный — любознательная, желтый — ласковая, оранжевый — игривая, синий — трудолюбивая, зеленый — добрая, черный — злая, голубой — настороженная, серый — драчливая.

Детям дается задание — обвести свою ладонь на листе бумаги и раскрасить цветными карандашами, опираясь на модель «Моя ладонь». Каждому ребенку нужно ответить себе на вопрос: какая моя ладошка, она любознательная? Если ребенок отвечает «да», значит, он берет красный карандаш и раскрашивает ладошку этим цветом. Если он ответил «да» на другие характеристики, он может использовать другие цвета, соответствующие этим характеристикам. В этом случае ладонь будет цветной. В конце выполнения упражнения каждый подписывает свое имя или это делает за ребенка ведущий.

##### Игра «Говорящая ладонь»

Дети берут свои бумажные ладони и становятся в круг. Ведущий сообщает, что сейчас он будет ритмично и негромко стучать в бубен, а дети могут передвигаться по комнате в любом направлении. Главное правило: не сталкиваться друг с другом. Как только раздастся громкий удар в бубен, дети должны остановиться и выбрать соседа для диалога.

Образовав пары, дети в течение двух минут рассказывают друг другу о своих бумажных ладонях — о том, как они проявляют себя в жизни. Например: «Моя ладошка любознательная. Она любит трогать разные вещи и предметы. Любит делать разные

эксперименты». Игра повторяется три раза, таким образом, чтобы каждый ребенок встретился с тремя детьми.

После завершения игры детям предлагается занять свое место на стуле в кругу.

### **Обратная связь**

В конце занятия ведущий задает детям вопросы:

- Понравилось ли вам занятие?
- Что запомнилось больше всего?
- С каким настроением уходите?

### **Прощание**

Дети и ведущий берутся за руки, и все вместе говорят: «До свидания!».

## **Занятие 2 «Ласковушки и мурашки»**

**Задача** — учить детей различать приятные и неприятные прикосновения и выражать свою симпатию к людям через приятные прикосновения.

**Материалы:** цветные карандаши, бумага формата А5 на каждого ребенка, бубен, стулья, изображения ласковушки и мурашки.

**Рекомендация ведущему.** На занятии можно использовать книгу Элвина М. Фрида «Книга для тебя» [13]. Если вы не знакомы с книгой, можно создать образы ласковушки и мурашки по своему усмотрению.

**Организация:** дети сидят в кругу вместе с ведущим. Занятие может проходить в двух форматах — подгрупповое (6—10 человек) и фронтальное (25 человек).

### *Ход занятия*

**Приветствие** (см. занятие 1).

### **Разминка «Ласковое имя»**

Дети становятся в круг, затем по очереди (по желанию) выходят в центр и называют свое имя. Остальные дети и ведущий называют возможные варианты его имени. Правило: варианты имени должны ласково звучать. Например, ребенок говорит: «Меня зовут Вова», а дети добавляют: «А еще тебя можно звать Вовочка».

После выполнения разминки дети садятся в круг на стулья.

Ведущий обращает внимание ребят на количество и разнообразие ласковых имен, услышанных во время разминки. Уточняет, всем ли было приятно слышать свои ласковые имена. Затем ведущий сообщает о теме сегодняшнего занятия: «Можно сказать, что слово ласково прикоснулось к нам и подарило хорошее настроение. Сегодня мы поговорим о том, что такое прикосновение и какие они бывают».

### **Основная часть**

#### ***Рассказ о прикосновениях***

**В е д у щ и й.** Отчего мы чувствуем себя хорошо? Если кто-нибудь погладит тебя по спинке, улыбнется или скажет: «Привет!» — это значит, что он прикоснулся к тебе.

Прикосновения — это то, что люди говорят или делают, чтобы другие люди узнали их чувства. Добрые прикосновения вызывают у нас теплые чувства. Мы ощущаем, что все хорошо, что нас любят. Эти добрые чувства мы называем ласковушки [13, с. 50—51].

Ласковушки похожи на маленьких пушистых зайчиков или пушистые комочки. Ребята, на что они еще могут быть похожи?

#### ***Упражнение «Подари ласковушку»***

*Детям предлагается, сидя на стульях, прикоснуться к соседу слева так, чтобы ему было приятно (подарить ласковушку). Затем ведущий вместе с детьми обсуждает,*

кому он еще мог бы подарить ласковушку (маме, папе, брату, сестре, бабушке, дедушке и т. д.).

В е д у щ и й. Но есть и другие прикосновения — злые. От них остаются обида и злость (например, после того как тебя нашлапали). Тогда ты чувствуешь себя неуютно. У тебя холодок бежит по спине. Это мурашки [13, с. 52].

Они похожи на колючие шары. Ребята, как вы думаете, на что они еще могут быть похожи? А как можно изобразить мурашку?

#### **Упражнение «Покажи мурашку»**

*Дети сидят на стульях. По кругу каждый придумывает и показывает свою мурашку. Правило: мурашку нужно показывать бесконтактным способом, не дотрагиваясь друг до друга.*

В е д у щ и й. Ребята, бывают ситуации, когда мурашка нам может помочь. Если кто-то обижает тебя и делает тебе неприятно, то ты можешь показать мурашку, и это будет предупреждение, что тебе нехорошо и ты об этом сообщаем.

Итак, сегодня мы узнали, что есть два вида прикосновений. Заботливые, приятные прикосновения называются ласковушками, а пугающие и болезненные — мурашками.

#### **Игра «Подари ласковушки»**

Дети стоят в кругу, ведущий стоит с бубном за кругом. Ведущий начинает мелодично звенеть бубном, дети в это время свободно передвигаются по помещению, расходясь в разные стороны. Главное правило — не сталкиваться друг с другом. Как только ведущий резко ударяет в бубен и говорит, например: «Дарим ласковушку девочке с хвостиками в синей юбочке», дети должны обнаружить ребенка с внешними особенностями, о которых сообщил ведущий, подойти к нему и ласково дотронуться ладонью. Правило: дотрагиваться можно до спины, ног и рук ребенка. Затем ведущий снова мелодично звенит в бубен, и игра продолжается.

В игру можно поиграть 5 раз.

Затем детям раздают листы бумаги и цветные карандаши. Задание: придумать свою ласковушку и нарисовать ее, подписать, кому из детей группы хотелось бы подарить. Затем сложить рисунок и по возвращении в группу положить его в шкафчик выбранному ребенку.

#### **Обратная связь**

В конце занятия ведущий задает детям вопросы:

- Понравилось ли вам занятие?
- Что запомнилось больше всего?
- С каким настроением уходите?

Выслушав ответы, ведущий сообщает детям о том, что на следующей встрече они будут учиться делать друг другу игровой массаж, что это будет интересно и приятно.

**Прощание** (см. занятие 1).

### **Беседа на тему «Игровой массаж: правила проведения»**

Беседа проводится перед началом сеанса игрового массажа. Ведущий сообщает детям, что сейчас, перед тем как начать делать друг другу массаж, они поговорят о правилах его проведения: это нужно, чтобы каждому из ребят было хорошо, приятно и спокойно во время проведения массажа. При знакомстве с правилами ведущий использует наглядное пособие — карточки с изображениями правил.

## Правила проведения игрового массажа

Название правила	Содержание правила	Рекомендация ведущему	Картинка
«Чистые руки»	Перед началом массажа проверь чистоту рук	В зависимости от того, в какой момент образовательного процесса вы используете игровой массаж, продумайте процедуру очищения кистей рук детей. Важно, чтобы руки перед началом выполнения игрового массажа были чистыми. Если массаж проводится перед началом занятий, в первую половину дня, дети могут помыть руки в умывальной комнате. Если массаж проводится в середине дня, в завершение физкультурного занятия или после выполнения продуктивного вида деятельности, можно выдать детям влажные салфетки	
«Объединиться в пару»	Перед началом массажа детям необходимо объединиться в пары	В начале проведения массажа можно предлагать детям свободно выбирать друг друга. Через несколько недель для расширения круга социального опыта можно предлагать детям объединяться в пары, используя игровые приемы. Например: «Вытяните предметы из „чудесного мешочка“ и объединитесь с тем, у кого такой же предмет». Можно использовать игру «Найди половинку»	
«Разрешение для выполнения массажа»	Ребенок, который собирается делать массаж, должен спросить разрешение на выполнение массажа у своего партнера: «Можно я сделаю тебе массаж?»	—	
«Получить ответ»	Дождаться ответа	Если кто-то из детей не хочет получать или делать массаж, такому ребенку можно предложить спокойно посидеть, понаблюдать за происходящим. Если отказы повторяются, следует понаблюдать за ребенком: возможно, это связано со слабым доверием и небезопасностью пребывания в группе, возможно — с индивидуальными особенностями личности ребенка	



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Опыт реализации психолого-педагогической технологии «Игровой массаж для дошколят» в ДОУ Санкт-Петербурга показал взаимный интерес со стороны детей, родителей и воспитателей к такой важной совместной игровой деятельности, как игровой массаж.

В процессе проведения занятий выявилось стремление детей переносить опыт игрового массажа в семью, использовать его для взаимодействия с близкими людьми. По отзывам родителей, после проведения открытого мастер-класса появилось желание организовывать вечерние массажи в кругу семьи, также технология стала помощником в организации приятного и эмоционально сближающего совместного с детьми досуга.

Реализация технологии способствовала развитию интереса у воспитателей к изучению телесно ориентированных практик в работе с детьми.

Использование технологии позволило снизить у дошкольников уровень тревожности, развить более чуткое, заботливое отношение к сверстнику, расширить активный речевой словарь за счет использования слов, обозначающих телесные границы детей.

Данная технология не может полностью решить все задачи социально-коммуникативного развития дошкольника: для качественного улучшения эмоционального благополучия и самочувствия детей в системе личных взаимоотношений необходима организованная, систематическая работа воспитателя с детским коллективом. Игровой массаж — это технология, которая может стать частью большого педагогического проекта, проводимого в рамках здоровьесозидающей деятельности.

Важной особенностью технологии является возможность ее частичного или полного использования в инклюзивных группах и группах компенсирующей и комбинированной направленности. Для эффективного и безопасного использования технологии «Игровой массаж для дошколят» с детьми с ОВЗ автором разработаны рекомендации для специалистов и родителей (см. раздел «Дети с ограниченными возможностями здоровья»).

Таким образом, психолого-педагогическая технология «Игровой массаж для дошколят» поможет специалистам и воспитателям дошкольных учреждений в достижении целевых ориентиров дошкольного образования, представленных в п. 4.6 ФГОС ДО [2].

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

### Оформление «листа согласия» родителей на проведение технологии в группе

*Уважаемые родители!*

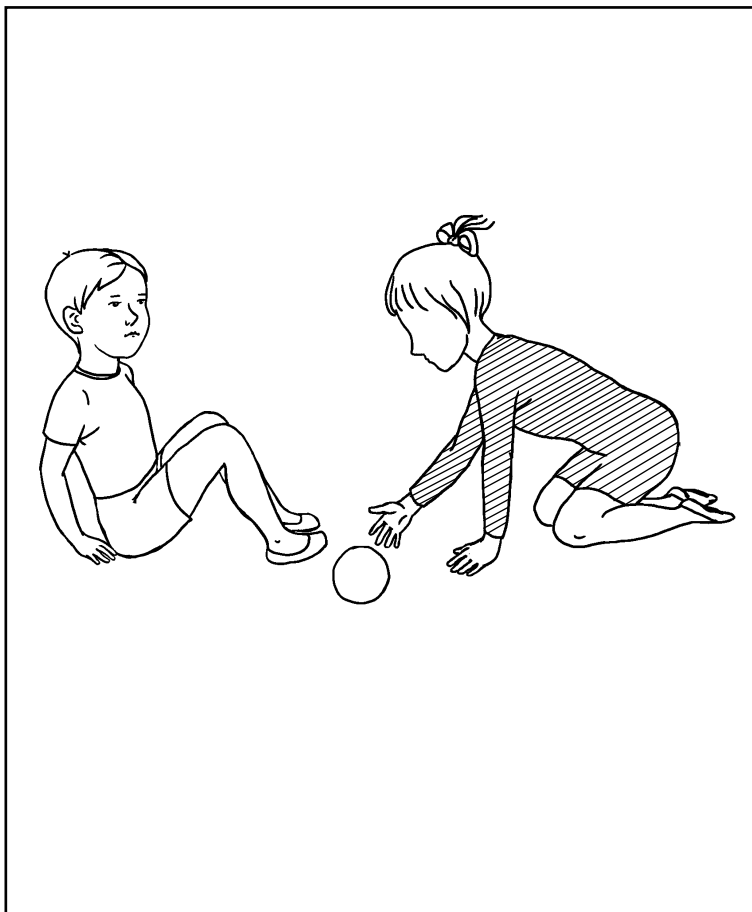
В 20\_\_ году с вашими детьми будет работать (специалист: инструктор, воспитатель, психолог, Ф.И.О.) по направлениям «Диагностика личностных особенностей детей и межличностных отношений в группе» и «Занятия по психолого-педагогической технологии „Игровой массаж для дошколят“». Просим дать свое согласие, на проведение данной работы, поставив свою подпись.

№ п/п	Ф. И. О. родителя	Фамилия и имя ребенка	Подпись

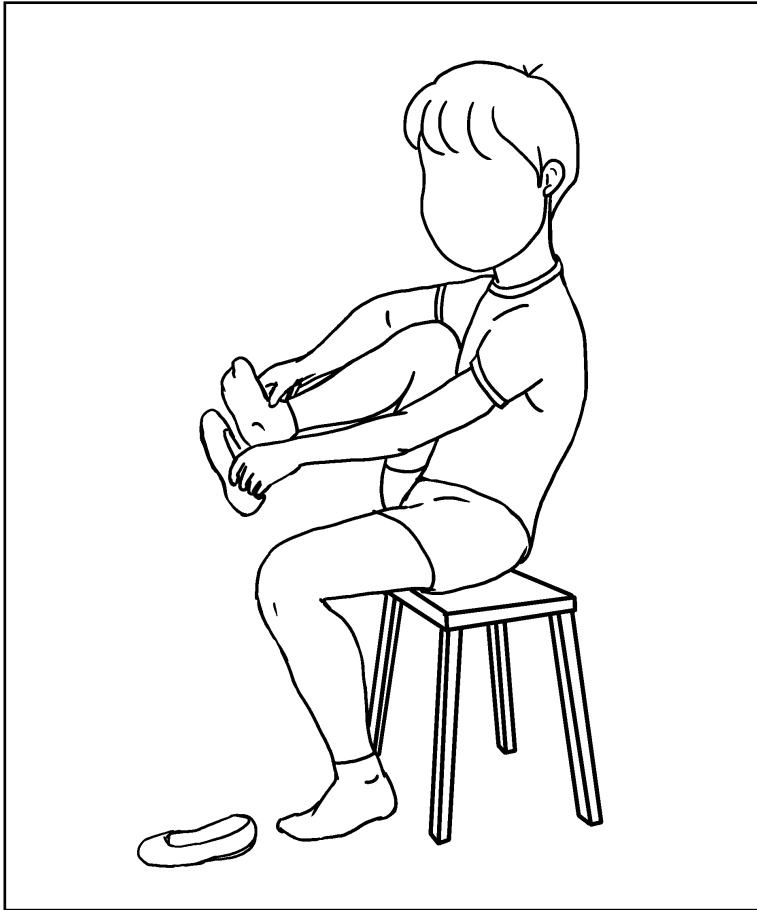
Стимульный материал к тесту тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)

*Картинки к тесту для девочек*

1



4



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	4
<b>Актуальность, цели и задачи технологии «Игровой массаж для дошколят»</b> .....	6
<b>Социально-психологические особенности детей старшего дошкольного возраста</b> .....	9
<b>Сроки, этапы и алгоритм реализации технологии</b> .....	12
<b>Перечень и описание мероприятий</b> .....	13
<b>Ресурсы, необходимые для эффективной реализации технологии</b> .....	14
<b>Результаты реализации технологии</b> .....	16
<b>Содержание психолого-педагогической технологии «Игровой массаж для дошколят»</b> .....	23
<b>Заключение</b> .....	34
<b>Литература</b> .....	35
<b>Приложения</b> .....	36
<i>Приложение 1. Оформление «листа согласия» родителей на проведение технологии в группе</i> .....	36
<i>Приложение 2. Тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)</i> .....	37
<i>Приложение 3. Модификация диагностической «силуэтной» методики М. Джеймс, Д. Джонгвард</i> .....	68
<i>Приложение 4. Изучение взаимоотношений между детьми в группе детского сада</i> .....	70
<i>Приложение 5. Конспект семинара «Телесно ориентированные игры для дошкольников. Современный взгляд на развитие доброжелательных отношений в детском коллективе»</i> .....	72
<i>Приложение 6. План-конспект мастер-класса «Бережное прикосновение: играем, веселимся, заботимся»</i> .....	74

Елена Викторовна Петш, Анна Владимировна Зайцева

**«Игровой массаж для дошколят»: психолого-педагогическая технология**

Главный редактор С. Д. Ермолаев  
Редактор Н. Б. Кондратовская  
Художник обложки И. Н. Ржевцева  
Корректор Т. В. Никифорова  
Дизайнеры: Н. С. Сенченкова, 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: МОО «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 «АРОС-СПб»  
192029, Санкт-Петербург, а/я 37  
Тел. (812) 973-35-09  
E-mail: arosbook@yandex.ru

Подписано в печать 17.06.2021.  
Формат 70×100 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага офсетная. Печать офсетная.  
Гарнитура «Таймс». Усл. печ. л. 5,0. Тираж 1500 экз. Заказ №

Отпечатано в типографии: «ПК Эталон»,  
198097, Россия, г. Санкт-Петербург,  
ул. Трефолева 2БН, тел. (812) 603-777-9  
www.etalon.press