

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №68  
346407, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Ленгника, 9  
телефон (88635) 24-25-21, e-mail: novoch68sad@mail.ru

**Коррекционная программа**  
**на тему**  
**«Психолого-педагогического сопровождения тревожности старших**  
**дошкольников»**

Составила педагог-психолог  
МБДОУ детский сад №68  
Кротенко Елена Сергеевна

г. Новочеркасск  
2017 г.

## **1. Вид программы: коррекционная психолого-педагогическая программа.**

В Концепции дошкольного воспитания подчеркивается - “дошкольное воспитание сверху донизу должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребёнка и его психическом благополучии”. Дошкольный возраст – это важнейший период, когда закладываются основы здоровья будущего взрослого человека. Именно в этот период происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, приобретаются привычки, представления, черты характера.

Гармоничное развитие личности ребёнка, успешность во взрослой жизни возможны при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Психическое здоровье – фундамент духовного развития ребёнка. В последнее время отмечается рост пограничных нервно-психических расстройств у детей и подростков. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности. Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствуют проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребенка, повышают уровень тревожности, ведут к невротизации. Обусловлена тревожность склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребенку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

Родители и воспитатели отмечают характерную для этих детей “мнительность”, “чувствительность”, “боязнь”. Современная медицина утверждает, что 30-40 % хронических заболеваний имеет психогенную основу.

Тревожность, как фактор эмоциональной нестабильности, выступает дезадаптивным моментом, препятствующим развитию эмоционально-волевой, познавательной сферы и становлению эмоционально-личностных образований. Особенно опасным в этом отношении, является старший дошкольный возраст, сопровождаемый кризисом развития и сменой социальной ситуации. Поэтому проблема детской тревожности и в особенности ее коррекции на современном этапе является весьма актуальной.

## **2. Участники программы.**

Дети старшего дошкольного возраста 5-7 лет.

Педагог-психолог.

Воспитатели.

Специалисты.

Научный руководитель программы.

### **3. Цель программы:**

коррекция уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста.

### **Задачи программы:**

- 1.Выявление способностей у старших дошкольников понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонации.
2. Содействие в преодолении негативных переживаний и снятии тревожности.
- 3.Оказание помощи педагогам и родителям в создании условий для гармонизации эмоционально-личностного развития ребенка.

### **4. Научные основания программы:**

Проблеме тревожности посвящено большое количество исследований, из самых разных областей науки и практики: психологии и психиатрии, биохимии, физиологии, философии, социологии. Все это в большей степени относится к западной науке. В отечественной литературе исследований по проблеме тревожности довольно мало, и они носят достаточно фрагментарный характер. Сравнительно большое количество работ посвящено детям 5-8 лет (что во многом связано с проблемой готовности к школе).

При оценке состояния проблемы тревожности в психологической науке отмечаются две тенденции. С одной стороны, неопределенность, многозначность и неясность понятия психологической природы “тревожности”. Различают тревожность как эмоциональное состояние (ситуативная тревога) и как устойчивую черту личности, индивидуальную психологическую особенность, проявляющуюся в склонности к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги (Ханин Ю.Л.), Н.В. Имедадзе связывает тревожность с неудовлетворением ведущих потребностей, А.М. Прихожан рассматривает тревожность как личностное образование. А.И. Захаров считает, что у старших дошкольников тревожность еще не является устойчивой чертой характера и при проведении психолого-педагогической коррекции относительно обратима.

С другой стороны, на практическом уровне (когда речь идет о влиянии состояния тревоги, о саморегуляции этого состояния, о “работе с тревогой”, способах ее преодоления и т.п.) существует достаточное согласие. Как профилактическая, так и коррекционная работа, связанная с тревожностью включает пять взаимосвязанных направлений:

- 1.Психологическое просвещение родителей;
- 2.Психологическое просвещение педагогов;
- 3.Обучение родителей и педагогов конкретным способам преодоления повышенной тревожности у детей;

4. Непосредственная работа с детьми, ориентированная на выработку и укрепление уверенности в себе, умения вести себя в трудных ситуациях;

5. Помощь и поддержка психолога за пределами обучающей ситуации.

Таким образом, важно организовать комплексную работу, направленную на профилактику нарушений психологического здоровья детей и коррекцию уже имеющихся. Составленная нами программа психолого-педагогического сопровождения тревожных детей направлена на укрепление психологического здоровья детей дошкольного возраста и ориентирована на решение некоторых проблем в развитии ребенка.

### **5. Обоснование необходимости реализации данной программы для достижения указанных целей и решения поставленных задач.**

Основываясь на результатах современных исследований, можно говорить о сильной зависимости между нарушениями психологического здоровья и учебной успешности детей. Нарушениям психологического здоровья соответствует выраженное повышение тревожности, которое может привести к существенному снижению внимания, в особенности произвольного. У детей с тревожностью внутреннее напряжение может обусловить пониженную двигательную активность, склонность к нарушениям дисциплины. В будущем учащиеся с наличием тревожности, как правило, пребывают в состоянии постоянного напряжения, что обусловит повышенную утомляемость и снижение работоспособности, у них возможны трудности при ответах у доски, в общении.

Каждый, родитель и педагог хочет, чтобы ребёнок в будущем был счастливым. Именно поэтому делается упор на хорошее здоровье, высокую успеваемость, адекватное поведение. Таким образом, психологическое здоровье необходимо ребёнку и в настоящем и в будущем. Поэтому важно особым способом организовать работу, направленную на профилактику нарушений психологического здоровья детей и коррекцию уже имеющихся.

Федеральным государственным образовательным стандартом решаются задачи охраны и укрепления физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия); сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой.

### **6. Структура и содержание программы.**

Коррекционная психолого-педагогическая программа «Психолого-педагогическое сопровождение тревожности старших дошкольников» состоит из 3 модулей.

Модуль 1	Работа с детьми	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. “Рисунок семьи” Хоментаскас Г.Т.</li> <li>2. “Тест тревожности” Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен</li> <li>3. “Страхи в домиках” модификация Панфиловой М.А. (<i>углубленная диагностика</i>)</li> </ol>
Модуль 2	Работа с родителями	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опросник “Критерии определения тревожности у ребенка” П. Бейкер, М. Алворд</li> <li>2. Опросник для выявления тревожности у ребенка Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко</li> <li>3. Опросник “АСВ”, авт. Э.Г.Эйдемиллер, В.В. Юстицкий (<i>углубленная диагностика</i>)</li> <li>4. Тест на оценку уровня тревожности А.И.Захарова (<i>углубленная диагностика</i>)</li> </ol>
Модуль 3	Работа с педагогами	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опросник “Критерии определения тревожности у ребенка” П. Бейкер, М. Алворд</li> <li>2. Опросник для выявления тревожности у ребенка Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко</li> <li>3. Методика “Эмоционально-цветовой аналогии” А. Лутошкин (<i>углубленная диагностика</i>)</li> </ol>

**Учебно-тематический план:**

Формы работы	Всего часов	Дети	Родители	Педагоги
Групповые занятия	28 ч	26 занятий по 30 м.	10 встреч по 1,5 ч	
Групповые	3 ч		2 встречи	

консультации			по 1,5 ч.	
Семинары-практикумы	7,5 ч			5 занятия по 1,5 ч.
Итого: 38,5 ч				

## **7.Описание используемых методик и технологий.**

### **Сказкотерапия.**

Активизация ресурсов, потенциала личности, осознание чувств, эмоций.

### **Игротерапия.**

Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов, тревожности, страхов и повышения уверенности в себе.

### **Телесная терапия.**

Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

### **Арт-терапия.**

Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики, снижение тревожности.

### **Релаксация.**

Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

### **Концентрация.**

Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

### **Функциональная музыка.**

Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

Кроме этого в работе используется множество игр, упражнений и сказок, задействующих интеллект и эмоции, тело и душу, сознание и бессознательное таких авторов как: А.И.Захаров, Е.В.Карпова, Н.Л.Кряжева, Е.К.Лютова, Н.М.Погосова, Н.Ю.Хрящева, О.В.Хухлаева, М.И. Чистякова, Г.Д.Черепанова, И.В.Шевцова, К.Фопель. Игры для педагогов подбирались с учетом возрастной категории детей, с которыми они работают.

## **8.Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы.**

Программа рассчитана на работу с тревожными дошкольниками, при выполнении следующих ограничений:

### **для педагогов:**

- избегать публичных порицаний и замечаний;
- избегать сравнения с другими детьми (особенно, если кто-то лучше).
- стараться делать как можно меньше замечаний ребенку;
- не унижать ребенка, не торопить, давать время сообразить;
- збегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость..

### **Правила работы с тревожными детьми, для родителей:**

- избегайте публичных порицаний и замечаний;
- избегайте сравнения с другими детьми (особенно, если кто-то лучше);
- не замечайте ошибки, неудачи, в самой плохо сделанной работе можно найти что-то достойное похвалы;
- старайтесь делать как можно меньше замечаний ребенку;
- необходимо отказаться от слов, которые унижают достоинство ребенка, даже если взрослые очень раздосадованы и сердиты;
- нельзя угрожать ребенку наказаниями.

Родители должны быть единодушны и последовательны, поощряя и наказывая ребенка.

### **9.Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы:**

Права педагога-психолога определены Должностной инструкцией, которая регулирует его профессиональную деятельность, включающую все виды работы:

- планирование и разработка развивающих и коррекционных программ образовательной деятельности с учетом индивидуальных и половозрастных особенностей воспитанников, в обеспечении уровня подготовки воспитанников, соответствующего требованиям федерального государственного образовательного стандарта;
- способствует развитию у воспитанников готовности к ориентации в различных ситуациях;
- определяет у воспитанников степень нарушений (умственных, физиологических, эмоциональных) в развитии, а также различного вида нарушений социального развития и проводит их психолого-педагогическую коррекцию.

В своей работе педагог-психолог ДОО руководствуется и действует в соответствии с «Этическим кодексом психолога». Специалист информирует родителей о целях и содержании психологической работы, проводимой с ним, применяемых методах и способах информации, чтобы клиент мог принять решение об участии в этой работе. Так как психологическая процедура осуществляется с детьми до 16 лет, согласие на участие в ней ребенка утверждается подписью родителей или законных представителей.

## **10. Основные права и обязанности участников программы (специалистов, детей, родителей, педагогов).**

Воспитанники ДОО имеют право на комплексную специализированную психолого-педагогическую помощь и коррекцию, в обучении, воспитании, подготовке к школьной жизни.

Воспитанники образовательного учреждения имеют право на получение образования в соответствии с государственными стандартами и с учетом особенностей развития по индивидуальным учебным планам.

Родители воспитанников ДОО (законные представители) обязаны выполнять условия договора с администрацией детского сада.

Родители (законные представители) имеют право на консультирование и принимать участие в образовательном процессе, в спорных случаях обращаться к администрации ДОО.

Права, обязанности сотрудников Учреждения определяются в соответствии с Законом РФ "Об образовании".

## **11. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы:**

Основным механизмом создания специальных образовательных условий (СОУ) является деятельность администрации и работа психологической службы.

Информационно-образовательный ресурс образовательной организации должен включать в себя совокупность технологических средств (компьютеры, базы данных, коммуникационные каналы, программные продукты, созданные с учетом особых образовательных потребностей для детей).

Финансово-экономический ресурс должен обеспечить образовательному учреждению возможность исполнения всех требований и условий, включенных в индивидуальную образовательную программу.

Кадровый ресурс - укомплектованность образовательного учреждения педагогическими и руководящими работниками, компетентными в понимании особых образовательных потребностей детей.

## **12. Сроки и этапы реализации программы.**

**Этапы психолого-педагогического сопровождения тревожного ребенка:**

**1 этап - диагностический.**

**Цель:** выявление тревожных детей и причин, обуславливающих эмоциональную нестабильность (*анкетирование*).

**Диагностика.**

Опытный воспитатель в первые же дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Однако прежде чем делать окончательные выводы, необходимо понаблюдать за ребенком, вызывающим

опасения, в разные дни недели, во время обучения и свободной деятельности, в общении с другими детьми.

Первым шагом психолога в работе с тревожным ребенком должно стать выяснение возможных причин такого поведения. Необходимо попытаться собрать как можно более полную информацию о поведении ребенка в группе ДОО, дома, в общественных местах. С этой целью можно использовать следующие диагностические методы:

-Наблюдение;

-Беседа и анкетирование родителей и воспитателей;

-Проективные методики.

Данный вариативный диагностический пакет позволит психологу разобраться в причинах тревожности ребенка и наметить дальнейшую работу с ним.

## **2 этап - реализация мероприятий по устранению выявленных проблем.**

**Цель:** профилактика и коррекция тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

## **3 этап – диагностический.**

**Цель:** определение эффективности проведенных мероприятий (*повторная диагностика*).

### **Основные блоки программы:**

*Диагностический блок.* Цель - первоначальная психодиагностика ребенка, детско-родительских взаимоотношений, воспитателей. Для отслеживания результативности проведенной работы диагностика может быть проведена после окончания программы сопровождения.

*Информационный блок.* Цель -раскрытие конкретного содержания тех вопросов, которые включает данная проблема.

*Коррекционный блок.* Цель –гармонизация и оптимизация эмоционально-личностной сферы ребенка, формирование и закрепление эффективных навыков взаимодействия с тревожным ребенком педагогов и родителей, расширение возможностей понимания ими тревожного ребенка.

## **13. Ожидаемые результаты реализации программы ( промежуточные и итоговые).**

Педагоги ДОО разработают, создадут и апробируют модель коррекционно-развивающей среды в группах;

Повысится квалификация педагогов ДОО, посредством системы обмена опыта и специального обучения;

Успешное осуществление коррекционного процесса, поддержания психологического микроклимата, обеспечение комфортности и эмоционального благополучия каждого ребенка.

Для оценки эффективности реализуемой программы предполагается использование количественного и качественного методов сбора и анализа данных: анкетирование, отзывы, обмен опытом.

Оценка степени эффективности работы по реализации проекта будет проводиться по трём направлениям: педагоги, родители и дети. **Результаты психолого-педагогического сопровождения будут прослеживаются:**

- в снятии эмоциональной напряженности, снижении индекса тревожности, агрессивности;
- в активном взаимодействии со сверстниками, поведении, коммуникативной сфере;
- в развитии индивидуальных способностей и творческого потенциала детей;
- в плавном переходе старшего дошкольника в школьную жизнь.

Для промежуточного и итогового диагностирования целесообразно использовать цветовой тест Люшера, разработанный доктором Максом Люшером. Цветовая диагностика Люшера позволяет измерить психофизиологическое состояние человека, его стрессоустойчивость, активность и коммуникативные способности и позволяет определить причины психологического стресса, который могли привести к появлению физиологических симптомов.

#### **14. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.**

Осуществляется мониторинг на основе образовательной программы и годового плана ДОУ.

В работе по проведению мониторинга качества образования используются следующие методы:

- наблюдение (целенаправленное и систематическое изучение объекта, сбор информации, фиксация действий и проявлений поведения объекта);
- эксперимент (создание исследовательских ситуаций для изучения проявлений);
- беседа;
- опрос;
- анкетирование;
- тестирование;
- анализ продуктов деятельности;
- сравнительный анализ.

Требования к собираемой информации:

- полнота;
- конкретность;
- объективность;

своевременность.

Формой отчета является аналитическая справка, которая предоставляется не позднее 7 дней с момента завершения мониторинга.

По итогам мониторинга проводятся заседания Педагогического Совета ДООУ, производственные собрания, административные и педагогические совещания.

По результатам мониторинга заведующая издает приказ, в котором указываются:

- результаты мониторинга;
- управленческое решение по его результатам;
- назначаются ответственные лица по исполнению решения;
- сроки проведения контроля;
- сроки устранения недостатков;
- поощрение работников по результатам мониторинга.

По окончании учебного года, на основании аналитических справок по итогам мониторинга, определяется эффективность проведенной работы, сопоставление с нормативными показателями, вырабатываются и определяются проблемы, пути их решения и приоритетные задачи ДООУ для реализации в новом учебном году.

### **15. Критерии оценки достижения планируемых результатов:**

#### **-качественные:**

- положительная динамика снижения тревожности;
- снижение количества страхов;
- повышение уверенности в себе;
- повышение психолого-педагогической компетенции взрослых.

Организация комплексного подхода (психолог- педагог- родитель), наполнение его определенным содержанием, знанием теорий, умениями осуществлять психолого-педагогическую поддержку тревожных дошкольников, способствует решению определенных задач, направленных на снижение высокого уровня тревожности у старших дошкольников, помощь ребёнку в становлении уверенности и самостоятельности, обучение детей конструктивному взаимодействию с окружающим миром и приобретение навыков социально приемлемых способов поведения.

#### **-количественные:**

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в ДООУ разработана система оценки, ориентированная на выявление и оценку образовательных достижений и целевых ориентиров дошкольника с целью итоговой оценки подготовки выпускников ДООУ.

### **Литература:**

- 1.Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1968.
- 2.Выготский Л.С. Соч.: В 6 т. Т. 3,4. – М. Педагогика, 1983,1984.
- 3.Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. – СПб.: Гиппократ, 1995.
- 4.Захаров А.И. Что снится нашим детям: Как избавиться от страхов. – СПб.: Дельта, 1997.
- 5.Изард К. Эмоции человека. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1980.
- 6.Манова-Томова В.С.Пирьев Г.Д.Пенушлиева Р.Д. Психологическая реабилитация при нарушениях поведения в детском возрасте. – София: Медицина и физкультура, 1981.