

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«Средняя школа № 133» структурное подразделение Детский сад**  
660130, г.Красноярск, ул.Гусарова, 24. Тел. (8-391) 2913 -407, (8-391)218 – 00 – 98  
e-mail: [school133\\_dou@mail.ru](mailto:school133_dou@mail.ru) Web-сайт: <https://school133krsk.gosuslugi.ru/>

**Номинация:** Лучший образовательный проект

**Проект** «Все под контролем»

**Сроки реализации:** 01.11.2023 по 31.05.2024 года

**Авторы:**

Набиулина Юлия Евгеньевна педагог – психолог, 89233499214

Орлова Юлия Витальевна воспитатель, 89509958333

Кузнецова Анастасия Игоревна, инструктор по ФК, 89831469372

Красноярск 2023

## ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

**Актуальность:** В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Актуальность темы состоит в том, что тревога не только дезорганизует деятельность ребенка, но и начинает разрушать личностные структуры ребенка. Поэтому своевременное проведение коррекционной работы, способствует снижению тревожности и формированию адекватного поведения у детей.

**Цель:** Снижение детской тревожности посредством игротерапии у детей младшего дошкольного возраста.

### **Задачи:**

1. Развитие умения действовать в соответствии с правилами игры;
2. Создание условий для саморазвития взрослых по снижению тревожности у детей по средствам игротерапии;
3. Создание положительного эмоционального настроения в группе.

### **Результаты проекта:**

1. Снижение уровня тревожности у детей младшего дошкольного возраста;
2. Стабилизация эмоционального фона;
3. Оздоровление организма, мобилизация ресурсов;
4. Поддержание и укрепление психологического здоровья детей младшего дошкольного возраста;
5. Применение родителями игр по снижению тревожности в повседневной жизни.

## **2. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА**

**Участники проекта:** детей младшего дошкольного возраста, педагоги, родители (законные представители) воспитанников.

Проект – долгосрочный будет реализован в период с 01.11.2023 по 31.05.2024. На подготовительном этапе были изучены методические материалы по теме «детская тревожность», «диагностика тревожности», «игры, направленные на развитие эмоционального благополучия детей младшего дошкольного возраста»

**Реализация проекта включает следующие механизмы и алгоритм действий:**

### **1 этап – Подготовительный**

Определение перечня игр.

### **2 этап – Основной**

Внедрение игр в работу воспитателя, педагога – психолога. инструктора по физической культуре.

Вовлечение родителей в деятельность по проекту.

### **3 этап - Заключительный**

Обобщающий (обобщение собранного материала).

### **Ресурсы и их краткая характеристика:**

**Человеческие ресурсы организации:** родители (законные представители) совместно с педагогами образовательного учреждения создают и используют в образовательном процессе и в домашних условиях игры, направленных на эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста.

**Информационные ресурсы:** аудио-оборудование, флэш – носители.

**Материально технические ресурсы:** атрибуты для игр.

### План работы по проекту

Реализация проекта рассчитана с 01.11.2023 по 31.05.2024 года

<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1 этап - Подготовительный</b>		
Анализ имеющихся ресурсов в детском саду для реализации проекта.	Ноябрь	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.
Изучение методической литературы.	Ноябрь	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.
Обогащение предметно – пространственной развивающей среды.	В течении всего проекта	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.
Подготовка материалов для проекта.	Ноябрь	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.
<b>2 этап – Основной</b>		
Психологическая диагностика тревожности у детей младшего дошкольного возраста. Проективный тест Р. Тэмбла, В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо» Анализ результатов.	Ноябрь	Набиулина Ю.Е.
Анкета для родителей «Тревожный ли Ваш ребенок?» Анализ результатов.	Ноябрь	Набиулина Ю.Е. Орлова Ю.В.
Включение игр и упражнений в режимные моменты и ООД на снижение уровня тревожности.	В течении всей реализации проекта	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.

<p><b>Коллективные игры:</b> Игра «Воздушный шарик» Игра «Кенгуру» <b>Упражнения для снятия мышечного напряжения:</b> Упражнение «Водопад» Упражнение «Кораблик» <b>Наполнение уголка в группе по социально – коммуникативному развитию:</b> Фотоальбом с фотографиями различных эмоциональных состояний. «Угадай эмоцию» <b>Взаимодействие с родителями:</b> Консультация «Результаты психологической диагностики. Проективный тест Р. Темпла, В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо»» Предоставление результатов итогов анкетирования «Тревожный ли Ваш ребенок?»</p>	<p>Декабрь</p>	<p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И.</p> <p>Набиулина Ю.Е.</p> <p>Орлова Ю.В. Набиулина Ю.Е.</p> <p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.</p>
<p><b>Коллективные игры:</b> Игра «Дудочка» Игра «Волшебный стул» Игра «Штанга» Игра «Гусеница» <b>Упражнения на релаксацию и дыхание:</b> Упражнение «Дрока» <b>Образовательная среда в группе:</b> «Уголок уединения» <b>Взаимодействие с родителями:</b> Консультация «Игротерапия как средство снижения уровня тревожности»</p>	<p>Январь</p>	<p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И.</p> <p>Набиулина Ю.Е.</p> <p>Набиулина Ю.Е. Орлова Ю.В.</p> <p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.</p>
<p><b>Коллективные игры:</b> Игра «Смена ритмов» Игра «Шалтай - Болтай» <b>Этюды на расслабление мышц:</b> <b>Упражнение «Сосулька»</b> <b>Образовательная среда в группе:</b> «Подушка - злюшка» <b>Взаимодействие с родителями:</b> Буклет «Игры на снижения уровня тревожности»</p>	<p>Февраль</p>	<p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И.</p> <p>Набиулина Ю.Е. Орлова Ю.В.</p> <p>Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.</p>
<p><b>Коллективные игры:</b> Игра «Охотник и заяц» Игра «Я сильный – Я слабый» Игра «Коробка переживаний» Игра «Ласковые лапки» <b>Коррекция тревожности, снятие мышечных зажимов:</b> Упражнение «Щенок отряхивается» <b>Образовательная среда в группе:</b> «Говорящие стены»</p>	<p>Март</p>	<p>Кузнецова А.И. Орлова Ю.В.</p> <p>Набиулина Ю.Е.</p> <p>Орлова Ю.В. Набиулина Ю.Е.</p>

<b>Взаимодействие с родителями:</b> Мастер – класс с элементами тренинга «Взаимодействие с тревожными детьми»		Набиулина Ю.Е. Орлова Ю.В. Кузнецова А.И.
<b>Коллективные игры:</b> Беседа «За что меня любит мама» Динамическое упражнение «Деревья качаются» <b>Расслабление мышц шеи:</b> «Любопытная Варвара» <b>Образовательная среда в группе:</b> Игра «Сенсорная рука» <b>Взаимодействие с родителями:</b> Семинар - практикум «Как помочь ребенку снять тревожность»	Апрель	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е. Орлова Ю.В. Набиулина Ю.Е.
<b>Коллективные игры:</b> Игра «Ласковый мелок» Игра «Смелый Чебурашка» Игра «Ау!» Игра «Зайки и слоны» <b>Повторная психологическая диагностика тревожности у детей младшего дошкольного возраста.</b> Проективный тест Р. Тэмбла, В. Амена, М. Дорки «Выбери нужное лицо» <b>Взаимодействие с родителями:</b> Консультация «Результаты диагностики «Выбери нужное лицо»»	Май	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е. Набиулина Ю.Е.
<b>3 этап - Заключительный</b>		
Создание картотеки «Игры на снятия уровня тревожности» Консультационная информация для родителей «Игротерапия как средство снижения уровня тревожности» Выступление с результатами проекта на итоговом педагогическом совете.	Май	Орлова Ю.В. Кузнецова А.И. Набиулина Ю.Е.

## Оценка результатов реализации проекта

Оценка проекта будет проходить по его завершению. Оценка работы по снижению тревожности будет проходить по повторные диагностики на конец года. Предполагается что будет положительная динамика в снижении высокого уровня тревожности.

По окончании проекта проходит презентация на итоговом педагогическом совете по данной теме, составляется отчёт, показывающий

эффективность данного проекта в целом, составляется картотека игр для использования всеми участниками образовательного процесса.

### **Распространение результатов проекта**

Предполагаемые формы распространения результатов проекта:

- Выступление на педагогических советах
- Консультационная информация «Игротерапия, как средство снижения уровня тревожности», буклет «Игры на снижения уровня тревожности»
- Мастер – классы для педагогов и родителей, семинар - практикум «Как помочь ребенку снять тревожность».

### **Устойчивость проекта**

Возможные риски и пути их устранения

Риски	Компенсация, преодоление рисков
Низкая заинтересованность детей к участию в проектной деятельности	Использование разнообразного материала в играх и упражнениях, право выбора детей, учёт мнения каждого ребёнка, активное личное участие, мотивация родителей. Использование личного инвентаря ребёнка
Не заинтересованность родителей	Личное общение с родителями, о целях проекта и каждого этапа реализации, в том числе и о результатах данной деятельности. Проведение совместных мероприятий педагог - ребенок- родитель.
Недостаточность средств для реализации проекта	Использование ресурсов ДОУ

**Бюджет проекта:** Бюджет проекта минимален.

## Литература

1. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми
2. Надежда Иванова - Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет. Диагностика, занятия, рекомендации
3. Анна Михайловна Прихожан "Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст"
4. <http://детпсихолог.рф/specdiag/metodika-vyberi-nuzhnoe-litso/?ysclid=Inttvrlfc397202002>
5. Объединенная редакция научных журналов «Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири» 2021 № 4.

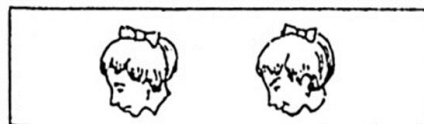


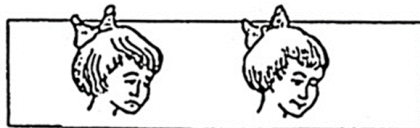
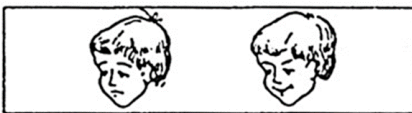
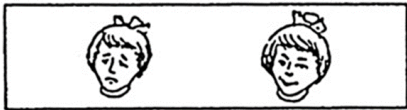
Детский тест тревожности

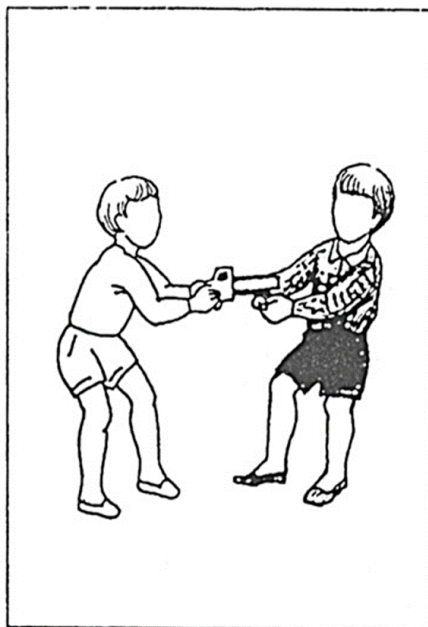
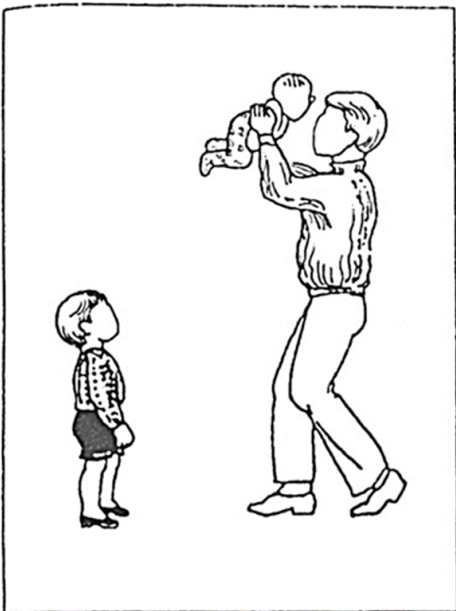
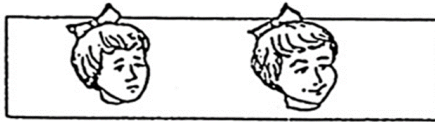
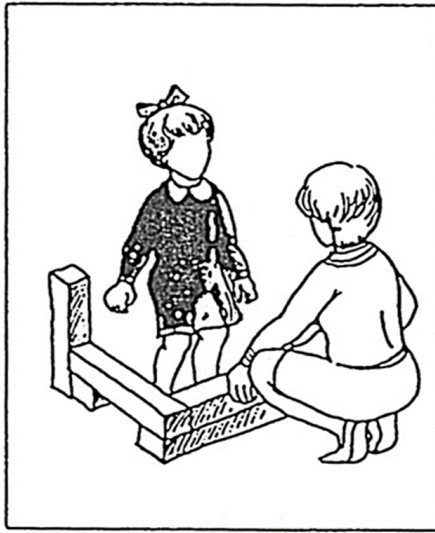
Детский тест тревожности разработан американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен.

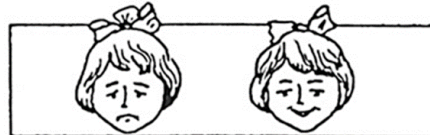
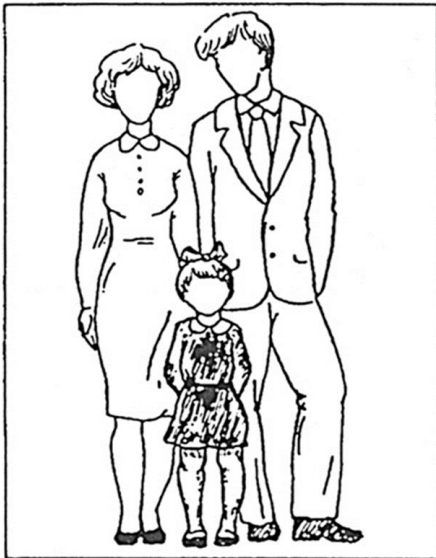
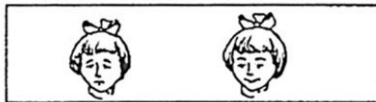
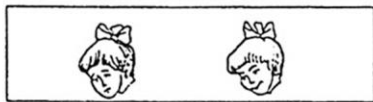
*Цель методики:* Определить уровень тревожности ребенка. Предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям.

*Экспериментальный материал:* 14 рисунков выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некую жизненную ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.









## ***Инструкция***

«Художник нарисовал картинку, но забыл нарисовать лицо. Посмотри, что здесь происходит, и скажи (или покажи), какое бы ты подставил личико — веселое или грустное?». Ответы ребенка заносятся в Протокол ответов.

### *Инструкция.*

1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»
2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»
3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»
5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»
6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»
7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»
8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
11. Собираание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»
12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»
14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».



### Протокол к методике «Тест детской тревожности»

Номер и содержание рисунка	Высказывание ребёнка (примеры)	Лицо весёлое	Лицо печальное
1. Игра с младшими детьми			
2. Ребёнок и мать с младенцем			
3. Объект агрессии			
4. Одевание			
5. Игра со старшими детьми			
6. Укладывание спать в одиночестве			
7. Умывание			
8. Выговор			
9. Игнорирование			
10. Агрессивное нападение			
11. Собираание игрушек			
12. Изоляция			
13. Ребёнок с родителями			
14. Еда в одиночестве			

*Анализ данных:* предлагаемые рисунки изображают типичные ситуации, отличающиеся по своей эмоциональной окраске.

Рисунки, имеющие положительную эмоциональную окраску:

- 1 (Игра с младшими детьми),
- 5 (Игра со старшими детьми)
- 13 (Ребенок с родителями)

Рисунки, имеющие отрицательную эмоциональную окраску:

- 3 (Объект агрессии),
- 8 (Выговор),
- 10 (Агрессивное нападение)
- 12 (Изоляция)

Рисунки, имеющие двойной смысл:

- 2 (Ребенок и мать с младенцем),
- 4 (Одевание),
- 6 (Укладывание спать в одиночестве),
- 7 (Умывание),
- 9 (Игнорирование),

- 11 (Уборка игрушек) и
- 14 (Еда в одиночестве)

Двусмысленные рисунки несут основную «проективную нагрузку» — то, какой эмоциональный смысл придает им ребенок, указывает на его мироощущение и нормальный или травмирующий опыт общения. Протоколы каждого ребенка подвергаются качественному и количественному анализу.

	II	III	IV	V
	слабый уровень	средний уровень	хороший уровень	высокий уровень
баллы	0 – 1	2 – 5	6 – 7	8 – 14
%	0 – 7,2	14,3 – 35,7	42,9 – 50	более 57,1

### Метод экспертных оценок детей дошкольного возраста

Критерии:

5 – высокий уровень тревожности: проявление страха, тревоги перед новым, необычным, сопротивляется предложениям, просьбам, отказывается общаться.

4 – некоторая скованность и сдерживаемое поведение в течении нескольких минут, избегает болезненных тем или неприятных для себя занятий, иногда выглядит несчастным.

3 – средний уровень тревожности: возбужденное состояние из-за новой, необычной ситуации, но не чрезмерное и не длительное, или признаки апатии, нежелания что-либо делать без сопротивления, задания делает без энтузиазма.

2 – ребенок активный, хорошо идет на контакт, радостен, выглядит довольным; может расстроиться, но быстро возвращается к хорошему настроению.

1 – низкий уровень тревожности: с готовностью и энтузиазмом занимается, делает задания, в основном находится в хорошем расположении духа.

### *Качественный анализ*

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Будут обладать наивысшим индексом тревожности ИТ дети, делающие отрицательный эмоциональный выбор в ситуациях:

№4 («Одевание»),

№6 («Укладывание спать в одиночестве»),

№14 («Еда в одиночестве»)

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок:

«Игра с младшими детьми»,

«Объект агрессии»,

«Игра со старшими детьми»,

«Агрессивное нападение»,

«Изоляция».

Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок-взрослый и в ситуациях, моделирующих повседневные действия

«Ребенок и мать с младенцем»,

«Выговор»,

«Игнорирование»,

«Ребенок с родителями»,

«Одевание»,

«Укладывание спать в одиночестве»,

«Умывание»,

«Собирание игрушек»,

«Еда в одиночестве».



**Анкета для родителей «Тревожный ли Ваш ребенок?»**

**Цель:** выявить тревожного ребенка в детском коллективе, выявить степень тревожности ребенка на основе присутствующих у него характерных признаков.

**Инструкция:** отметьте те признаки, с которыми вы согласны. Суммируйте количество ответов «да», чтобы получить общий балл тревожности ребенка.

Высокий уровень тревожности: 15–20 баллов.

Средний уровень тревожности: 7–14 баллов.

Низкий уровень тревожности: 1–6 баллов.

№ п/п	Признаки тревожности ребенка	Да	Нет
1	Не может долго усидчиво работать		
2	Трудно сосредотачивается на задании		
3	Любое задание вызывает излишнее беспокойство		
4	Во время выполнения задания очень напряжен, скован		
5	Смущается чаще других		
6	Часто говорит о возможных неприятностях		
7	Всегда краснеет в незнакомой обстановке		
8	Жалуется, что снятся страшные сны		
9	Руки обычно холодные и влажные		
10	Нередко бывает расстройство стула		
11	Сильно потеет, когда волнуется		
12	Не имеет хорошего аппетита		
13	Засыпает с трудом, спит беспокойно		
14	Пуглив, многие обстоятельства вызывают у него страх		
15	Обычно беспокоен, легко расстраивается		
16	Часто не может сдержать слезы даже по незначительным поводам		
17	Плохо переносит ожидание		

18	Не любит (боится) браться за новое дело		
19	Не уверен в себе, в своих силах (еще не приступив к выполнению задания, заявляет: «Я не справлюсь»)		
20	Боится трудностей		

Оригинальность 65,4%

**Совпадения** 34,6%


Цитирования 0%

Самоцитирования 0%

[ПОЛНЫЙ ОТЧЕТ](#)

[КРАТКИЙ ОТЧЕТ](#)


[ИСТОРИЯ ОТЧЕТОВ](#)

 [РАСПЕЧАТАТЬ](#) 

 [ВЫГРУЗИТЬ](#) 


 [СОЗДАТЬ ССЫЛКУ](#) 

### Свойства документа

 Структура документа


 Текстовые метрики **NEW**

 Параметры проверки

 Статистика по документу

### Авторы документа

Набиулина Юлия Евгеньевна

Орлова Юлия Витальевна 

Кузнецова Анастасия Игоревна

Введите имя и отчество 

[+](#) Добавить автора


### Имя исходного файла

Проект Все под контролем.pdf

### Название документа

Проект Все под контролем

### Тип документа

Не указано 

[СОХРАНИТЬ ИЗМЕНЕНИЯ](#)

[Отменить изменения](#)

