

МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

ISSN 2072-0297

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

СПЕЦВЫПУСК

Методическая копилка
педагогов дошкольных
образовательных
учреждений г. Волжского

46.2 2018

Спецвыпуск

16+

СОДЕРЖАНИЕ

Адрова В.М., Исаева Е. В., Крюкова Н.А.
Сетевая модель как один из перспективных путей развития методической службы организации ... 1

Алешанова Е.А., Кочетова Н.В., Кутнякова В. А.
Трудовое воспитание детей дошкольного возраста 3

Безручкина Т. Ю.
Формирование экологической культуры и социализация личности дошкольников посредством организации эколого-оздоровительных походов 5

Богданова С. Г., Тарханова Н. В., Филатович Ю.С.
Психологическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста средствами песочной терапии 9

Бурда С. А., Кривунец Н. Н.
Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста 17

Васильева Е. В., Воликова И.Ф., Дремлюга В. Н., Лапицкая С. А., Степанова И. В., Щебетун М. В.
Роль принципа регионализма при реализации в детском саду экологического проекта «Письмаживотным КРАСНОЙ КНИГИ Волгоградской области» 22

Волкова И.А., Мумладзе С. Н., Толочек Н.А.
Организация работы детско-родительского клуба в ДОУ 28

Вольнина О. В., Онькина Л.Л.
Приобщение детей младшего дошкольного возраста к художественно-эстетической деятельности (игры и занятия с детьми 3-4 лет из опыта работы воспитателей) 30

Демченко В. В., Дрыгайло Г. Н.
Песочная терапия, развитие мелкой моторики рук с детьми старшего дошкольного возраста 40

Жидкова Л. И., Лаптенок Т. С, Юдина Т. Г.
Инновационная технология «Учебно-игровой сайт «Мирувлечений81.рф» как форма организации образовательной деятельности дошкольников 43

Жирнова М. А., Томчук Р. П., Штанько И. А.
Методы и приёмы развития общения дошкольников в игровой деятельности в соответствии с ФГОС ДО 50

Иванова М.Ю., Сыворотка И. А.
Индивидуализация образовательного процесса. Создание в ДОУ специализированной группы «Волжские орлята», организованной с целью развития нравственно-патриотического воспитания дошкольников 54

Какришвили О. И.
Зачем ребенку пение? 57

Комарист Е. В., Морозова Ю. В., Низамова С. В.
Проект «Неделя физкультуры в ДОУ — «Наше здоровье» 59

Кондаурова И. В., Яковлева С. В.
Продуктивная деятельность как фактор социализации детей старшего дошкольного возраста 65

Кудряшова Н. А., Дмитриева Г. Е.
Театрализованная деятельность как средство развития творческих способностей детей дошкольного возраста 68

Ларина О. В., Пестрякова Н. В.
Формирование элементарных математических представлений у детей старшего дошкольного возраста средствами занимательной математики через организацию кружка 72

Михайлова Е.А., Рыбкина Е.С., Смирнова А. В.
Взаимодействие детского сада и семьи — необходимое условие полноценного развития детей 76

Морозова Ю. В., Низамова С. В., Трухачева Т. А., Нургалиева С. Н.
Проектная деятельность в первой младшей группе по экологическому воспитанию «Здравствуй, дерево» 80

Ольшанская М.Н., Родионова Р. А., Фомовская М.В.
Взаимодействие семьи и педагогов детского сада в период адаптации детей к условиям детского сада 85

Поварницына Е.А.
Организация и проведение познавательно-игровых досугов в детском саду 89

10. Зверев И.Д. Экологическое образование школьников / [Текст] под ред. И.Д.Зверева, А. Н. Захлебного, Т. И. Суравегиной.— М.: Издательский центр «Академия».— 2010.— 160 с.
11. Ирхин В. И. Здоровьесберегающая деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения / Ирхин В.И., Кортюкова Е. А.— Б., 2006 г.
12. Николаева С. Н. Теория и методика экологического образования дошкольников [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. обучения / С И. Николаева.— 7е изд. испр. и доп.— М.: Издательский центр «Академия», 2013.— 272 с.
13. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование [Текст] / В. А. Горещкий, А. А. Тимофеев, Д. В. Смирнов; под ред. В. А. Горещкого — М.: Просвещение, 2011.— 111 с.
14. Третьякова Н.П. Современные подходы к ознакомлению детей дошкольного возраста с социальной действительностью // Молодой ученый.— 2018.— № 4,— С. 221-224.— URL <https://moluch.ru/archive/190/48036/> (дата обращения: 25.10.2018).
15. Торохова Е.П. Пути повышения эффективности экологического образования учащихся//Начальная школа.— 2014.— № 12.— 104-128 с.
16. Шаповаленко И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) [Текст]. — М.: Гардарики, 2012.— 349с.
17. Ятыева Н.М. Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО // Молодой ученый.— 2018,— № 2.— С. 161-163.— URL <https://moluch.ru/archive/188/47710/> (дата обращения: 25.10.2018).

Психологическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста средствами песочной терапии

Богданова Светлана Геннадьевна, воспитатель
Тарханова Нина Васильевна, воспитатель
Филютович Юлия Сергеевна, педагог-психолог
МДОУ детский сад № 88 «Радуга» г. Волжского Волгоградской области

Проблема страхов у детей дошкольного возраста приобретает особую актуальность как в научном, так и в практическом плане и требует безотлагательных поисков её продуктивного решения. На сегодняшний день отмечается тенденция к увеличению количества детей со страхами. Причина скрывается не только в индивидуальных особенностях детей, но и в наличии личностной неопределенности и беспокойства значительной части населения, большого количества стрессов, явной невротизации общества, в отсутствии безопасности. Детские страхи — это обычное явление для детского развития. Страх, как любое переживание является полезным, когда выполняет свои функции, а потом исчезает, но когда страх не исчезает долгое время, или у ребенка содержится большое количество страхов, то здесь можно говорить о предиевротическом состоянии ребенка, что в свою очередь может перейти в невроз страха, что является патологическим состоянием, при этом у ребёнка возникает состояние психического напряжения, скованности, поведение становится более пассивным, вместо непосредственности и открытости развивается отгороженность, замкнутость.

Целью исследования является изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста и их психологическая коррекция средствами песочной терапии.

Объект исследования — дети старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования — проявление страхов у детей дошкольного возраста и способы их коррекции.

Гипотеза исследования — проявление детских страхов дошкольников связаны с высоким уровнем тревожности, неблагоприятными взаимоотношениями в семье ребенка. Коррекция страхов у детей дошкольного возраста эффективна с помощью метода песочной терапии.

Задачи исследования:

1. Изучить особенности проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста и причины их возникновения.

2. Провести эмпирическое исследование на выявление страхов у детей дошкольного возраста.

3. Исследовать влияние песочной терапии на изменение эмоционального состояния и социального поведения детей, переживающих страхи.

4. Разработать на основе результатов эмпирического исследования коррекционно-развивающую программу психологической коррекции страхов у детей.

База исследования: данное исследование проводилось в г. Волжском Волгоградской области на базе МДОУ д/с № 88 «Радуга». Выборка исследования составила 30 детей, из которых 19 девочек и 11 мальчиков, в возрасте 5 — 7 лет.

Методы исследования:

1. Теоретический: анализ, сопоставление и обобщение исследований по изучаемой проблеме;

Эмпирические: наблюдение, беседа, тестирование: методики исследования:

- Методика «Страхи в домиках» (М. А. Панфилова);
- Проективная методика изучения страхов «Мои страхи» (А. И. Захаров);
- Рисуночный тест «Рисунок семьи» (В.К.Лосевой и Г.Т. Хоментаскаса);
- Цветовой тест Люшера;
- Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).

2. Методы количественного и качественного анализа данных и методы математической статистики: коэффициент ранговой корреляции Спирмена r_s , непараметрический критерий U Манна-Уитни

Научная новизна и теоретическая значимость исследования заключается в обосновании выбора песочной терапии как основного реабилитационного метода при коррекции детских страхов. Разработана и апробирована коррекционно-развивающая программа эмоциональной реабилитации детей старшего дошкольного возраста, переживающих различные страхи, представляющая собой систему психокоррекционного метода и приёма песочной терапии, где песочная терапия выступает основным методом психологической коррекции страхов у детей.

Одним из способов эффективной помощи ребенку дошкольного возраста в снижении уровня тревожности и страхов является песочная терапия.

Песочная терапия — это уникальная возможность исследовать внутренний мир ребенка с помощью нехи-

трных приспособлений (множество миниатюрных фигурок! поднос с песком, небольшое количество воды).

Игра в песочнице представляет собой естественный вид творчества детей, действие, в котором моделируете отражается доступная пониманию ребенка окружающая действительность [13, с. 18].

В результате проведения коррекционных занятий с детьми дошкольного возраста методом песочной терапии у ребят формируются адекватные способы поведения в конфликтных ситуациях, порождающих страхи, уверенность в общении со сверстниками. Песочная терапия позволяет развивать у детей способности к осознанию себя и своих возможностей, преодолевать неуверенность в себе. Формирование способности к произвольной регуляции эмоций является предпосылкой для преодоления тревожности и страхов.

Песочная терапия — метод психотерапевтически воздействия на детей и взрослых с использованием леек. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что песок оказывает сильное влияние на развитие личности и снижение страхов у дошкольников. [6, с. 64].

В исследовании принимали участие дети старшего дошкольного возраста, посещающие МДОУ детский сад № 88 «Радуга» г. Волжского Волгоградской области. Выборка исследования составила 30 детей, из которых 19 девочек и 11 мальчиков, в возрасте 5—7 лет.

Результаты диагностики наличия и особенностей детских страхов по проективной методике «Мои страхи» А. И. Захарова и методике «Страхи в домиках» М. А. Панфиловой представлены в таблице 1 и на рисунках 1–3.

Таблица 1. Количество и особенности страхов у старших дошкольников, диагностированных проективной методикой «Мои страхи» А. И. Захарова и методикой «Страхи в домиках» М. А. Панфиловой*

№	Пол	Возраст	№ страхов	Кол-во страхов	Доминирующий страх
1	Ж	5; 10	1, 4, 8, 9, 13, 16, 22, 25, 26, 27, 28	11	Чудовища
2	Ж	7;1	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29	22	Смерти родителей
3	Ж	7;2	1, 2, 3, 4, 5, 10, 16, 17, 18, 22, 28	11	Смерти
4	Ж	6;4	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29	22	Укуса собаки
5	Ж	5;4	1, 4, 8, 9, 12, 13, 25, 26, 27, 28, 29	11	Вампиров
6	Ж	7;0	1, 2, 3, 4, 5, 10, 11, 12, 16, 22, 27, 28	12	Смерти
7	Ж	6; 11	1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 25, 26, 27, 28, 29	18	Смерти
8	Ж	6;9	4, 5, 8, 17, 18, 19, 27, 28	8	Смерти
9	Ж	6; 10	2, 4, 5, 9, 10, 22, 28, 29	8	Смерти
10	Ж	7;1	1, 2, 4, 5, 10, 11, 12, 16, 22, 23, 28, 29	12	Страшных снов
11	Ж	6;4	1, 2, 4, 9, 12, 14, 27, 28	8	Змей, мышей
12	Ж	6;6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 16, 22, 24, 26, 27, 28, 29	19	Страшных снов
13	Ж	6;9	1, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 22, 23, 26, 27, 28, 29	17	Смерти
14	Ж	5; 11	1, 2, 4, 9, 13, 27, 28	7	Смерти
15	Ж	6; 2	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 19, 22, 23, 26, 28, 29	19	Смерти
16	Ж	6;7	4, 9, 10, 11, 12, 14, 28	7	Пауков
17	Ж	7;1	1, 4, 5, 10, 14, 16, 22, 23, 28, 29	10	Насекомых

№	Пол	Возраст	№ страхов	Кол-во страхов	Доминирующий страх
18	Ж	5; 9	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 22, 28, 29	18	Смерти
19	Ж	5; 11	4, 8, 9, 13, 14, 22, 28	7	Собак
20	М	6; 8	1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23, 28, 29	15	Нападения животных
21	М	6; 3	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 21, 22, 28, 29	17	Привидений
22	М	6; 5	4, 6, 8, 12, 14, 27, 28	7	Смерти
23	М	7; 1	4, 5, 10, 12, 14, 16, 22, 23, 25, 26	10	Собак
24	М	6; 8	4, 6, 9, 12, 15, 21, 23, 28	8	Страшных снов
25	М	6; 7	4, 9, 12, 25, 27, 28	6	Смерти
26	М	5; 11	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 19, 22, 23, 28, 29	17	Страшных снов
27	М	5; 9	1, 2, 4, 6, 9, 13, 27, 28	8	Чудовища
28	М	5; 10	1, 4, 6, 8, 9, 13, 14	7	Смерти
29	М	5; 11	1, 4, 6, 9, 13, 14, 22	7	Укуса собаки
30	М	7; 0	2, 4, 5, 6, 10, 16, 22, 23, 27	9	Животных

* Цветом выделены показатели выше возрастной нормы

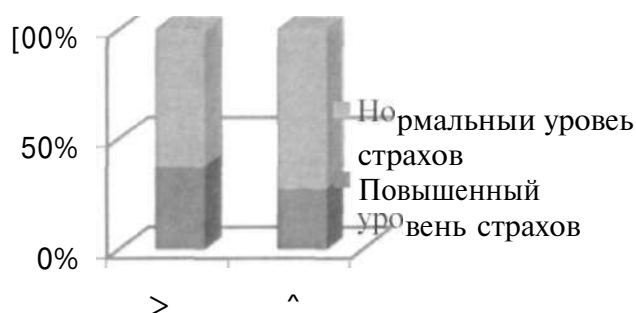


Рис. 1. Распределение детей старшего дошкольного возраста по уровням страхов по результатам методики «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой



Рис. 2. Характер страхов у девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста по результатам методики «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой

*Страхи: 1) когда остаешься дома один; 2) нападения, бандитов; 3) заболеть, заразиться; 4) умереть; 5) того, что умрут твои родители; 6) каких-то людей; 7) маму или папу; 8) того, что они тебя накажут; 9) страхи сказочных персонажей; 10) опоздать в детский сад; 11) перед тем, как заснуть; 12) страшных снов; 13) темноты; 14) волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных); 15) машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); 16) бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страхи стихии); 17) когда очень высоко (страх высоты); 18) когда очень глубоко (страх глубины); 19) в маленькой, тесной комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства); 20) воды; 21) огня; 22) пожара; 23) войны; 24) больших улиц, площадей; 25) врачей (кроме зубных); 26) крови (когда идет кровь); 27) уколов; 28) боли (когда больно); 29) неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет.

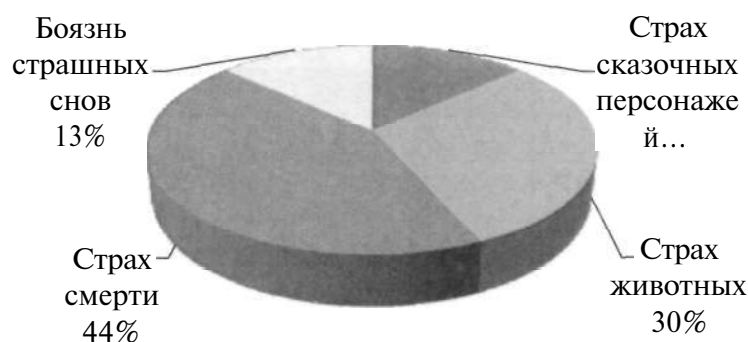


Рис. 3. Доминирующие страхи у девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста по результатам проективной методики «Мои страхи» А. И. Захарова

Как видно из представленных данных, центральное место у детей старшего дошкольного возраста занимает страх смерти, максимально выраженный у мальчиков (100%) и у девочек (95,4%). Это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием — возросшим пониманием опасности. Возможно именно поэтому страх смерти не только самый распространенный, но и самый интенсивный (по данным проективной методики «Мои страхи» А. И. Захарова), поскольку в качестве доминирующего выявлен у 44% выборки. Увеличивается в старшем дошкольном возрасте, еще не достигая максимума, страх смерти родителей: у мальчиков — 45,5%; у девочек — 68,9%. Вероятно, с этим связаны высокие показатели страха остаться дома одному, что является конкретным выражением страха одиночества, у мальчиков этот страх диагностирован в 54, 6% случаев, а у девочек в 79,5%; и, возможно, страх нападения, бандитов, который у девочек (63,6%) больше в 2 раза, чем у мальчиков (36,4%),

а так же страх каких-то посторонних людей, который у девочек представлен слабо (10,6%), а у мальчиков имеет очень высокий показатель (81,9%).

Особо следует отметить, что у всех детей с общими показателями страхов выше возрастной нормы представлены страхи родителей (или одного из них) и наказания ими, можно предположить, что именно поведение родителей этих детей является источником формирования устойчивых нарушений психологического благополучия данных детей.

Достаточно высокие показатели обнаружены нами у старших дошкольников обоих полов по страху темноты, так у девочек этот страх представлен в 58,3% случаев, а у мальчиков в 54,6%.

В отличие от мальчиков у девочек в рассматриваемом возрасте подчеркнуты страхи заболеть (31,8%), крови (42,4%), боли (100%), неожиданных резких звуков (58,3%). У мальчиков шире, чем у девочек представлен страх войны (45,5%).

Таблица 2. Показатели личностной тревожности у старших дошкольников, диагностированных Методом цветowych выборов (М. Люшер) и Тестом тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) *

№	Пол	Возраст	№ тревожных ситуаций	Индекс тревожности		Интенсивность тревоги	
				%	уровень	баллы	уровень
	ж	5; 10	1, 2, 9, 6	28,6	средний		средний
	ж	7;1	1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	85,7	высокий	12	высокий
	ж	7;2	2, 6, 9, 11, 12	35,7	средний		средний
	ж	6;4	2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	78,6	высокий	11	высокий
	ж	5;4	2, 3, 6, 9,	28,6	средний		средний
	ж	7;0	1, 2, 3, 10, 11	35,7	средний		средний
	ж	6;11	3, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14	57,2	высокий	10	высокий
	ж	6; 9	3, 10	14,3	низкий		низкий
	ж	6; 10			низкий		низкий
10	ж	7;1	2, 3, 5, 6, 10, 11, 12	50	средний		средний
11	ж	6;4			низкий		низкий
12	ж	6;6	1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	85,7	высокий	12	высокий

№	Пол	Возраст	№ тревожных ситуаций	Индекс тревожности		Интенсивность тревоги	
				%	уровень	баллы	уровень
13	ж	6;9	3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	64,3	высокий	10	высокий
14	ж	5; 11	3, 10	14,3	низкий	4	низкий
15	ж	6; 2	2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 13	57,2	высокий	9	высокий
16	ж	6; 7	3, 10, 11	21,4	средний	4	низкий
17	ж	7;1	3, 8, 10, 13	28,6	средний	5	средний
18	ж	5;9	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	92,9	высокий	11	высокий
19	ж	5;11	3	7	низкий	1	низкий
20	м	6;8	1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	85,7	высокий	9	высокий
21	м	6;3	2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	78,6	высокий	12	высокий
22	м	6; 5		0	низкий	1	низкий
23	м	7;1	3, 8, 10, 12, 14	35,7	средний	8	средний
24	м	6;8	3, 9, 10	21,4	средний	6	средний
25	м	6;7	3	7	низкий	2	низкий
26	м	5; 11	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14	78,6	высокий	10	высокий
27	м	5;9	2, 3, 8, 12	28,6	средний	5	средний
28	м	5;10	3, 10	14,3	низкий	3	низкий
29	м	5; 11		0	низкий	2	низкий
30	м	7;0	3, 5, 6, 8, 9, 10, 12	50	средний	7	средний

*Цветом выделены показатели высокого уровня тревожности

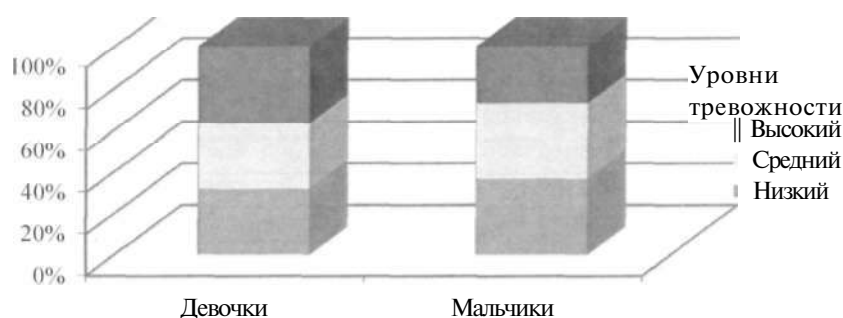


Рис. 4. Распределение детей старшего дошкольного возраста по уровням тревожности по результатам Метода цветowych выборов (М. Люшер) и Теста тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

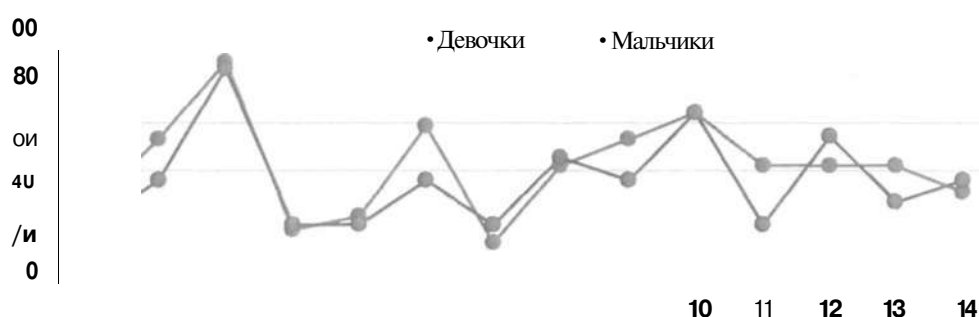


Рис. 5. Характер тревожности у девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста по результатам Теста тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

*Ситуации: 1) Игра с младшими детьми; 2) Ребенок 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) Агрессивность; 11) Собираание игрушек; 12) Изоляция; 13) Ребенок с родителями; 14) Еда в одиночестве.

Как видно из представленных данных, низкий уровень тревожности диагностирован у 31,5% от общего числа девочек и у 36,4% мальчиков. Эти дети несклонны или мало подвержены действию угрожающих для их самооценки ситуаций. Для них оценка, соревнование с другими не является сильным стрессором, особенно если они хорошо готовы к выполнению задачи.

В группу детей с высоким уровнем тревожности вошли 37% девочек и 27,2% мальчиков. Эти дети склонны воспринимать угрозу своей самооценке, самоутверждению в достаточно широком наборе ситуаций. В этих ситуациях вероятность появления у них повышенной тревожности достаточно велика. Для высокотреховных детей излишне подчеркивать значимость предстоящей деятельности, требовать категорически высокого результата, выражать сомнение в их возможностях. Высокая тревожность у них, как правило, связана с низкой самооценкой, высокой чувствительностью и ранимостью. Кроме того, по результатам сопоставления данных по диагностике страхов и тревожности обнаружилось, что у всех высокотреховных старших

дошкольников выборки уровень страхов превышает возрастную норму ($r_s = 0,938$), что подтверждает наличие зависимости между этими параметрами.

Результаты диагностики субъективной оценки эмоциональных проблем и трудностей взаимоотношений в семье ребёнка, по методике «Рисунок семьи» Г. Т. Хоментаускаса и В. К. Лосевой представлены в таблице 4 в виде обобщенного показателя благополучия в семье и на рисунке 6.

Как видно из представленных данных, чуть меньше половины (47,7% (девочек и более трети (36,4%) мальчиков оценивают свою семейную ситуацию как неблагоприятную, а трудности взаимоотношений в семье вызывают тревогу и эмоциональные проблемы у ребёнка.

На втором этапе нашего исследования по результатам первичной диагностики нами были сформированы экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ) группы. В ЭГ вошли 10 детей с высокой личностной тревожностью и значительным количеством и интенсивностью страхов, С ЭГ были проведены специально разработанные занятия по коррекционной программе с использованием песочной

Таблица 3. Показатели оценки детьми благополучия в семье, диагностированной методикой «Рисунок семьи» Г.Т. Хоментаускаса и В. К. Лосевой

№	Пол	Возраст	Обобщенный показатель благополучия в семье
1	ж	5; 10	благоприятный
2	ж	7;1	неблагоприятный
3	ж	7;2	благоприятный
4	ж	6;4	неблагоприятный
5	ж	5;4	благоприятный
6	ж	7;0	неблагоприятный
7	ж	6;11	неблагоприятный
8	ж	6;9	благоприятный
9	ж	6; 10	благоприятный
10	ж	7;1	неблагоприятный
11	ж	6;4	благоприятный
12	ж	6;6	неблагоприятный
13	ж	6;9	неблагоприятный
14	ж	5; 11	благоприятный
15	ж	6;2	неблагоприятный
16	ж	6;7	благоприятный
17	ж	7;1	благоприятный
18	ж	5;9	неблагоприятный
19	ж	5; 11	благоприятный
20	м	6;8	неблагоприятный
21	м	6;3	неблагоприятный
22	м	6; 5	благоприятный
23	м	7;1	неблагоприятный
24	м	6;8	благоприятный
25	м	6;7	благоприятный
26	м	5; 11	неблагоприятный
27	м	5;9	благоприятный
28	м	5; 10	благоприятный
29	м	5; 11	благоприятный
30	м	7;0	благоприятный

т воз-
не за-
одно -
семе-
скаса
ицен-
епо-
шков
>при-
вают

•там
экс-
/ЭГ
стью
эхов.
ятия
чной



Рис. 6. Распределение детей старшего дошкольного возраста по группам восприятия семейного благополучия по методике «Рисунок семьи» Г.Т. Хоментausкаса и В. К. Лосевой

терапии, способствующие коррекции по снижению детских страхов у дошкольников.

Коррекция детских страхов с использованием песочной терапии

Пояснительная записка

Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они сохраняются длительное время, то

1 **ОШЕШОСТО** ребёнка, неправильном поведении родителей, незнании ими психических особенностей ребёнка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье.

Цель программы — создание условий для преодоления страхов у детей дошкольного возраста.

В ходе достижения цели решаются следующие задачи:

1. Совершенствовать умения у детей передачи своего эмоционального состояния.
2. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания.
3. Формировать навыки общения, контроля своего поведения.
4. Содействовать развитию творческих задатков.

Формы работы: групповые занятия продолжительностью в 45 мин.

Общая структура каждого занятия:

1. Мотивационная часть.
2. Психологическая разминка (по необходимости), позволяющая задать ритм занятия и являющаяся прелюдией основной части.
3. Основная часть — проведение игры.
4. Заключительная часть.

Методы и техники, используемые в программе:

- Пескотерапия. Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики снижение тревожности.
- Релаксация. Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и 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.

- Игротерапия. Используется для снижения напряжённости, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

- Телесная терапия. Способствует снижению мы-

ТМШШЩ, шж/шжшщ щшжж/шж

Подробно содержание каждого занятия программы представлено в приложении.

Сравнительный анализ результатов коррекционной программы

Для проверки эффективности проведенной нами коррекционной программы с использованием песочной терапии, направленной на снижение страхов у детей дошкольного возраста, нами была осуществлена повторная (контрольная) диагностика с использованием методик: «Страхи вдомиках» (М. А. Панфилова); рисуночного теста «Рисунок семьи» (В.К.Лосевой и Г.Т. Хоментausкаса); модифицированного восьмицветового теста М. Люшера; теста тревожности (Р. Тэмпл, М.Дорки, В.Амен), описанных нами выше.

Результаты сравнительного анализа диагностируемых показателей до и после проведения коррекционной программы представлены в таблице 4.

По результатам сравнительного анализа мы установили, что по всем диагностируемым показателям в экспериментальной группе произошли изменения в сторону улучшения, в частности снизились показатели тревожности, количество страхов и негативное восприятие внутрисемейной ситуации. В то время как в контрольной группе, дети из которой не участвовали в коррекционной программе, показатели либо не изменились, либо несколько ухудшились (увеличились показатели тревожности, возросло количество страхов и восприятие внутрисемейной ситуации стало более негативным).

Таблица 4. Сопоставление показателей первичной и контрольной диагностики старших дошкольников экспериментальной и контрольной групп до проведения коррекционной программы и после нее

Группа	ДО проведения программы	ПОСЛЕ проведения программы
Среднегрупповое количество страхов		
ЭГ	18,4	9,3
КГ	8,7	9,1
Среднегрупповой индекс тревожности, %		
ЭГ	76,45	28,45
КГ	21,41	21,41
Среднегрупповой показатель интенсивности тревоги, баллы		
ЭГ	10,6	5,1
КГ	4,65	5,4
Неблагоприятные взаимоотношения в семье, %		
КГ	100	60
ЭГ	15	20

Однако, для того, чтобы утверждать, что произошедшие изменения в диагностируемых показателях у старших дошкольников, участвовавших в коррекционной программе с использованием песочной терапии, направленной на снижение страхов у детей дошкольного возраста, статистически значимы, мы использовали критерий LJ Ман-

на-Уитни, позволяющий оценить различия между двумя выборками по уровню какого-либо признака, количественного измеренного. Этот метод определяет количество взаимопересечений (инверсий) в двух выборках. Чем меньше область пересекающихся значений (Шип), тем более вероятно, что различия достоверны.



Рис. 7. Ось значимости для непараметрического критерия Манна-Уитни (U)

При расчете непараметрического критерия Манна-Уитни (U) были получены значения, представленные в таблице 5.

Полученные показатели по критерию Манна-Уитни (U) убедительно доказывают, что изменения, произошедшие с детьми ЭГ, статистически значимы. Таким об-

разом, наша гипотеза заключающаяся в том, что детские страхи носят комплексный характер, поэтому работа по уменьшению страхов у детей старшего дошкольного возраста должна осуществляться с помощью системы психокоррекционных методов и приёмов песочной терапии, где песочная терапия выступает в качестве основного, си-

Таблица 5. Различия между показателями до и после программы в ЭГ и КГ по критерию Манна-Уитни (U)

Группы	Страхи	Индекс тревожности	Интенсивность тревоги	Взаимоотношения в семье
ЭГ	3	7	6	18
КГ	205	276	180	137

стемообразующего наиболее эффективного метода коррекции; такая система позволяет уменьшить проявление страхов у детей-дошкольников и ведёт к положительным

изменениям в эмоциональной сфере ребёнка, установлению положительных межличностных взаимоотношений в семье и в группе сверстников, полностью подтвердилась.

Литература:

1. Варга А. Я- Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс.— СПб.: Питер, 2001.— 278с.
2. Варга А. Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников в игровой группе // Семья в психологической консультации / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столица. М., 1998.— 152с
3. Данилина Т.А., Зедгенидзе В. Я., Стёпина Н. М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ— М.: Айрис-пресс, 2004.— 160 с.
4. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько.— Минск.: Университет, 1997.— 237с.
5. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей.— СПб.: Речь, 2005.— 320с.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.— СПб.: «Речь», 2007.— 340 с.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Михайлов А.М. Волшебный источник. СПб.: Питер, 1996.— 116с.
8. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду. — 2003. — № 5. — с. 34.
9. Крюкова СВ., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие.— М.: Генезис, 2003,—204с.
10. Леви В.Л. Приручение страха.— М.: Метафора, 2006.— 192с.
11. Пешкова Т. Коробка со страхами//Дошкольное воспитание.— 2004.— № 10.— с. 30 — 32.
12. Панфилова М. А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков // Школьный психолог.— 1999,—№ 8.—с. 10-12.
13. Руководство по использованию восьмицветового теста Люшера / Сост. О.Ф.Дубровская.— М.: «Когито-Центр», 2001.—63с.
14. Степанова В. А. Проявление эмоциональности детей дошкольного возраста в рисунке // Психолог в детском саду.— 2003.— № 4.— с. 46-60.
15. Хрестоматия по детской психологии / сост. Г. В. Бурменская.— М.: Институт практической психологии, 1996,—264с.
16. Яковлева Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику.— СПб.: Валерии СПД, М.: ТЦ Сфера, 2002.— 112 с.

Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста

Бурда Светлана Алексеевна, инструктор по физической культуре
Кривунец Наталья Николаевна, воспитатель
МДОУ детский сад № 66 «Лебедушка» г. Волжского Волгоградской области

*«Забота о здоровье — это важнейший труд
воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы.*

В.А. Сухомлинский

Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни. Наше будущее — это наши дети. Наша Родина только тогда будет сильной, процветающей и конкурентно-способной страной, когда будет здоровым её подрастающее поколение.