**Обобщение педагогического опыта Марковой Г.Н.**

Данный опыт работы по теме «Коррекция уровня тревожности у воспитанников детского сада 5-7 лет»направлен на снижение уровня тревожностидетей 5-7 лет с помощью коррекционно-развивающих занятий в условиях тёмной сенсорной комнаты. Практическая работа ведётся на базе детского сада № 53 «Солнышко» г. Новоалександровск.

Актуальность выбора данной темы обусловлена тем, что в современном обществе в условиях распространения новой коронавирусной инфекции особое значение приобретает сохранение и укрепление психического здоровья подрастающего поколения, в частности, дошкольников и внедрение уже имеющегося опыта работы в условиях эпидемиологической ситуации. Исследование детской тревожности как в отечественной так и в зарубежной научной литературе, обусловлено пониманием важности того насколько сильно тревожное состояние у детей влияет на нормальное протекание психических процессов. Проблема детской тревожности, не смотря на достаточную изученность, не теряет своей актуальности на протяжении многих лет. Проанализировав проблему неблагополучия детей, а именно высокого уровня тревожности в данном опыте работы**,** занимаясь опытом работы, определила перед собой цель, она глобальная: создание условий для снижения высокого уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста. Определились с задачами, их четыре, они ёмкие, значимые, для воспитанников 5-7 лет:

- Повышение самооценки;

- Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях;

- Снятие мышечного напряжения;

- Устранение нарушений детско-родительских отношений.

Для того чтобы выполнить поставленную перед нами задачу: проведение коррекционно-развивающей работы с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими высокий уровень тревожности. Нам было необходимо использовать игровой процесс, в течении которого ребёнок проигрывает свои переживания, позволяющий снизить высокий уровень тревожности.

Написание опыта работы начала с определения проблемы- сохранения здоровья воспитанников посредствам коррекции уровня тревожности воспитанников в связи с происходящими негативными событиями с 2019г. Проблема становится все более острой и требует серьезного педагогического осмысления и решения. Занялась изучением имеющегося опыта работы среди педагогов дошкольных учреждений края, России, отечественной педагогической практики, А. И. Захарова, Е. В. Новикова. Тревожность - устойчивое эмоциональное образование, повышенная склонность к беспокойству.

Научная новизна работы заключается в том, что в исследовании предпринята попытка изучения влияния коррекционно-развивающих занятий на уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста и последующая их коррекция с помощью использования интерактивного оборудования сенсорной комнаты в работе педагога психолога. В результате проведения теоретического анализа тревожности у детей 5-7 лет можем констатировать, что тема данного опыта является актуальной. Состояние повышенной тревожности явление довольно частое. Наличие повышенной тревожности у ребенка со временем может стать причиной неврозов и сильных психических расстройств. Механизм тревожности заключается в том, что ребенок находится в постоянном ожидании неприятностей, он не ждет ничего хорошего от окружающих. В этой связи остро и актуально стоит вопрос о создании семьёй, учреждениями образования, обществом и государством всех необходимых условий для коррекции высокого уровня тревожности у дошкольников. Решение проблемы детской тревожности требует, как можно более раннего определения уровня тревожности с целью его дальнейшей коррекции и профилактики. Об этом свидетельствует ряд нормативных документов.

Этапы работы, которые длились 2 года. На первом этапе существенным для получения достоверных результатов для меня стало использования диагностик «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М. Панфиловой. Выявлено 29 страхов у детей и с этим нужно было работать. Теста тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки. Определила причины тревожности:

- Нарушение детско-родительских отношений:

-Родители сами являются высоко тревожными;

- Завышенные требования к ребёнку;

- Неудовлетворенность родителей собственным положением;

- Желание воплотить собственные нереализованные мечты в ребенке;

- Отсутствие привязанности внутри семьи;

- Авторитарный стиль воспитания;

- Стремление родителей соответствовать общепринятым стандартам;

- Гиперопека;

- Негативное отношение к престарелым;

- Особенности темперамента;

- Наличие большого количества страхов.

Первоочередной является нарушение детско –родительских отношений.

Если до периода пандемии высокий уровень тревожности у воспитанников 5-7 лет составлял 18%, то в период пандемии он увеличился ­­­­­­ на 20%, соответственно38%. Полагаю, при нарастании тревожности у воспитанников к 7 годам оно может перейти в устойчивое личностное качество, как в школьной, так и во взрослой жизни, послужить причиной детских неврозов и психосоматических заболеваний, которые отрицательно повлияют на развитие ребёнка и результаты его деятельности.

В чём принцип моей работы? Используется авторская **«Коррекционно-развивающая программа детской тревожности».** Технология реализации программы включает все практикуемые виды детской деятельности, адаптированные на детей с трудностями в развитии и, в первую очередь, высоким уровнем тревожности. Для этого использую гибкие формы работы (индивидуально, в парах, подгруппах, группе). На занятиях психогимнастикой автор Чистякова, с наличием этюдов, упражнений, игр, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, а так же свои авторские наработки. Второе -это коррекционные занятия, третье - большой эффект, как показала практика - это дополнительная образовательная услуга Лекотека по авторской программе «Волшебный мир». Особенно хочется остановиться на использование данной авторской программы. В чём её особенность? В том, что она адаптирована под развивающую интеративную среду - сенсорной комнаты. Здесь уникальное оборудование из 76 наименований модулей (пано бесконечность, уголок зазеркалье, сухие бассейны, кривое зеркало). В процессе работы корректирую дефицит эмоционального развития, снижаю высокий уровень тревожности, расширяю жизненный опыт ребят. За счёт широкого подбора игр в программе, объединённых сказочным сюжетом.

В качестве основных видов арт-терапии использую в коррекционной работе с детьми: игротерапию, песочную, музыкотерапию, цветотерапию. Хочу особо выделить **элементы оздоровительной технологии дыхания,**  во время проведения которой идёт ионизация воздуха лампой Чижевского, задействуются увлажнитель воздуха**,** аромалампа. Они у нас есть и они современные. Как показал опыт данная технология оказывает релаксирующее воздействие, производит вентиляцию всех участков лёгких, способствует общему оздоровлению, успокаивает и улучшает самочувствие. А**кватерапия** на фонедекоративных фонтанов - в данной технологии мне удаётся значительно быстрее стабилизировать эмоциональное состояние у детей. Основным методом снятия психологического и эмоционального напряжения в своей работе считаю релаксацию. Применяемая программа подвижна, она пополняется, совершенствуется новыми формами и технологиями.

Вся работа с воспитанниками строится исходя из запроса родителей и интересов ребенка. Для трансляции её результатов особенно эффективны проводимые для родителей ежегодные фестивали педмастерства. Высокое качество которых отмечено родителями в актах выполненных работ, в «Книге отзывов», интернет чатах. Мне удалось организовать ряд интересных встреч, которые оставили яркие впечатления у ребят. Открытый показ для слушателей района стажерской площадки «Путешествие в изумрудный город» с использованием технологии воздействия цветом. Эффективными и результативными стали познавательно-игровые сеансы с непосредственным участием родителей, один из них для участников краевого семинара «По дороге с облаками». Новая форма организации взаимодействия с семьями воспитанников по технологии Осечкиной Л.И. получила высокую оценку начальника управления образования Новоалександровского городского округа Ставропольского края Красовой Н.Н. Опыт показал, дети с увлечением могут приобщиться к выполнению заданий, ощущая поддержку родителей, у ребят снижается уровень тревожности.

Хочется отметить не менее эффективные формы работы с родителями: «Неделя психологии», индивидуальные беседы, анкетирование, семинары – практикумы, тренинги. Консультирование на сайте детского сада не менее 5 раз в месяц. Видеообращения к родителям в режимеонлайн, одно из них «Как уберечь психику ребёнка в период самоизоляции», коррекционно –развивающие занятия и релаксации в дистанционном формате еженедельно. Опыт работы над повышением психологической культуры родителей тревожных детей, помогает урегулировать детско-родительские отношения. Таким образом, мы учим родителей устанавливать высокие цели, поднимая планку развития своего ребёнка. Опыт работы педагога-психолога в условиях пандемии с успехом был представлен в онлайн режиме:

-выступление на районном августовском совещании 2020г. по теме «Ребенок после самоизоляции. Сложности, с которыми вы столкнетесь»**;**

-ноябрь 2020г. являлась участником II краевого Съезда работников дошкольного образования выступила с речью «Средства успешной адаптации и позитивной социализации детей с особыми возможностями здоровья в условиях детского сада»;

-декабрь 2020г. приняла участие в конкурселучшая модель (практика) «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе детского сада в условиях распространения новой коронавирусной инфекции». Работая с детьми ОВЗ прошла курсовую подготовку по данной проблеме, овладела современными педагогическими технологиями, в том числе ИКТ.

Результат опыта работы:

- Снижение уровня тревожности на 33%;

- Социальная адаптированность при переходе в школу выросла на 22%;

- Следуют социальным нормам и правилам на 25%;

- Прочно сформированы навыки поведения у 78% выпускников;

- Адекватно реагируют на негативные переживания в 2020г. 68%; выпускников, что превышает предыдущие показатели на 20%

- Овладели коммуникативными навыками выпускники 2019; 2020уч.г. на 22% выше;

- Высокий социальный статус показатель вырос на 37%;

- Стабилизировано психо-эмоциональное состояние детей паказатель на 22% выше.

Воспитанники являются многократными лауреатами и победителями первой степени в конкурсах различных уровней, всего их более 30. П

По завершении опыта работы, уровень тревожности у детей старшего дошкольного возраста снизился на 35%. Отмечена высокая положительная динамика в формировании позитивного эмоционального фона у детей. Воспитанники перестали испытывать высокую тревожность, показали 75% высокого уровня в освоении [учебной программы](http://www.pandia.ru/text/category/uchebnie_programmi/). Стоит отметить, что психолого-педагогическая коррекция уровня тревожности воспитанников – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной формы развития ребёнка.

По завершению работы, на педагогическом совете, определена высокая эффективность программы психолого-педагогической коррекции тревожности детей 5-7 лет в образовательной организации. Хочется верить, что практический опыт работы в условиях пандемии, по оказанию полноценной, комплексной помощи детям с высоким уровнем тревожности будет полезен и интересен для педагогических работников дошкольных образовательных учреждений. Прошу членов экспертного совета признать опыт работы актуальным для использования педагогами дошкольных учреждений округа.