

Методическая разработка всероссийского творческого дистанционного конкурса для педагогов «Сердце отдаю детям»

«Бережное прикосновение: играем, веселимся, заботимся»
(психолого-педагогическая технология игрового массажа
для детей старшего дошкольного возраста)

**«Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение**

Автор разработки:

Евграфова Галина Игоревна

Место работы:

«Детский сад № 58» Золотой петушок»

Должность:

педагог-психолог

г. Дзержинск, 2026 г.

Актуальность в контексте реализации ФГОС ДО

Стандарт дошкольного образования делает акцент на целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования: «Ребенок обладает чувством собственного достоинства, способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, старается разрешать конфликты.

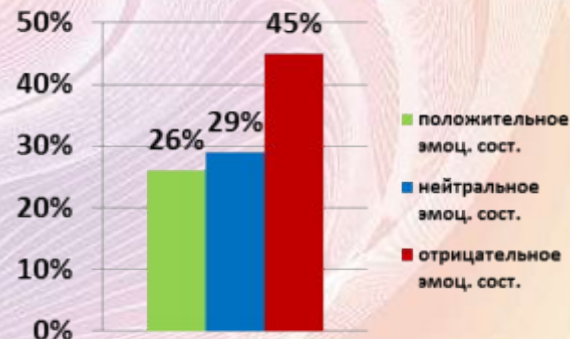
Актуальность для ДОУ

Результаты диагностики эмоционально-личностного развития старших дошкольников:

Результаты исследования тревожности по методике «Выбери лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) на начало уч. г.



Результаты диагностики по методике «Рукавички» (Г. А. Цукерман) на начало уч. г.



Дети испытывают трудности с произвольным управлением своим поведением и эмоциональными реакциями, проявляют склонность к спонтанному поведению, у них наблюдаются проявления тревожности, разброс в самооценке, неумение общаться со взрослыми и сверстниками.

Запрос администрации ДОУ

Массаж – способ передачи энергии

Ребенок, делающий массаж другому ребенку, делится с ним своей энергией, настроением, эмоциональным состоянием.

Игровой массаж – одна из форм взаимодействия, способствующая снятию эмоционального напряжения, снижению уровня тревожности, развитию чувствительности к потребностям другого.

Цель – развитие социальной и эмоциональной компетентности старших дошкольников через тактильное взаимодействие в процессе игрового массажа.

Задачи:

- 1. Познакомить детей с техниками массажных игровых движений.**
- 2. Формировать способы позитивного, заботливого тактильного контакта в среде сверстников.**
- 3. Развивать доброжелательное отношение детей к сверстникам, уважительное отношение к их потребностям.**

Оборудование

1. **Тактильные предметы и игрушки (мячики, мягкие игрушки, массажные мячики, шарики).**
2. **Бумага формат А-4, цветные карандаши.**
3. **Стулья, подушки для сидения на полу.**

Этапы работы

Диагностический этап

Диагностика уровня эмоционально-личностного развития детей



Основной этап

Организация безопасной среды

Беседа «Игровой массаж: правила поведения»

Структура проведения игрового массажа

Обучение детей основным упражнениям массажа



Рефлексивно-аналитический этап

Заключительная диагностика, анализ эффективности

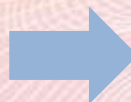
Диагностический этап

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

«Выбери лицо»

(Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

источник: Р. С. Немов «Психология»
кн.3



Выявление уровня ситуативной тревожности
детей старшего дошкольного возраста

«Рукавички» (Г. А. Цукерман)

источник: «Детский сад от А до Я»
научно-методический журнал № 3
(87) 2017 г.



Изучение отношений детей со сверстниками
и уровня коммуникативных умений

Правила проведения игрового массажа

1. «Чистые руки»

Перед началом массажа проверь чистоту рук.

2. «Объединиться в пару»

Перед началом массажа детям необходимо объединиться в пары.

3. «Разрешение для выполнения массажа»

Ребенок, который делает массаж, должен спросить разрешение на выполнение массажа: «Можно я сделаю тебе массаж?»

4. «Получить ответ»

Дождаться ответа.

5. «Правило приятных прикосновений»

Во время выполнения массажа прикосновения должны быть приятными для партнера.

6. «Правило горячих ладошек»

Перед началом массажа ребенок, который будет делать массаж, растирает ладошки.

7. «Внимание к партнеру»

Во время выполнения массажа спрашивать у партнера, с какой интенсивностью и силой нажима будет для него хорошо то или иное движение, в какой позе ему удобно сидеть.

8. «Правило благодарности»

В конце выполнения массажа, ребенок, который делал массаж, должен поблагодарить: «Спасибо, что разрешил сделать тебе массаж». Другой ребенок отвечает: «Спасибо за массаж».

Структура проведения «Игрового массажа»

- **Объединение детей в пары.**

Игры «Яблоки – апельсины», «Выбери геометрическую фигуру» и т. п.

- **Исходное положение в паре (и. п.).**

После того, как все договорились, кто первым делает, а кто получает массаж (можно использовать считалки), дети занимают и. п. в паре: ребенок, которому делают массаж, садиться на стул так, чтобы спинка стула не мешала доступу к спине ребенка. Можно использовать массаж, используя подушку или ковровое покрытие – в зависимости от ситуации проведения массажа.

- **Разрешение на выполнение массажа.**
- **Получение ответа.**
- **Разогрев ладоней.**

Дети, которые будут совершать массаж, соединяют свои ладони, затем совершают растирающие движения (5 секунд).

- **Прикосновение ладонями к спине партнера.**

И. п. кистей рук перед началом массажа: пальцы плотно прижаты друг к другу, кисти рук слегка расслаблены, расположены на спине партнера параллельно друг к другу в области лопаток.

- **Выполнение основных упражнений игрового массажа.**
- **Выполнение правила благодарности.**

Основные упражнения игрового массажа

Очки

Бабушка очки надела
и картинку
разглядела.

Кошечка

Кошка делает
зарядку, разминает
шейку лапкой.

Основные упражнения игрового массажа

Санки

На санки садились, с горы скатились.

Канат

По канату поднимайся, а потом давай спускайся.

Зайчик

Прыг-скок, прыг-скок скачет заяка-заюнок.

Солнце

В чистом небе солнце светит, рады взрослые и дети.

Медведь

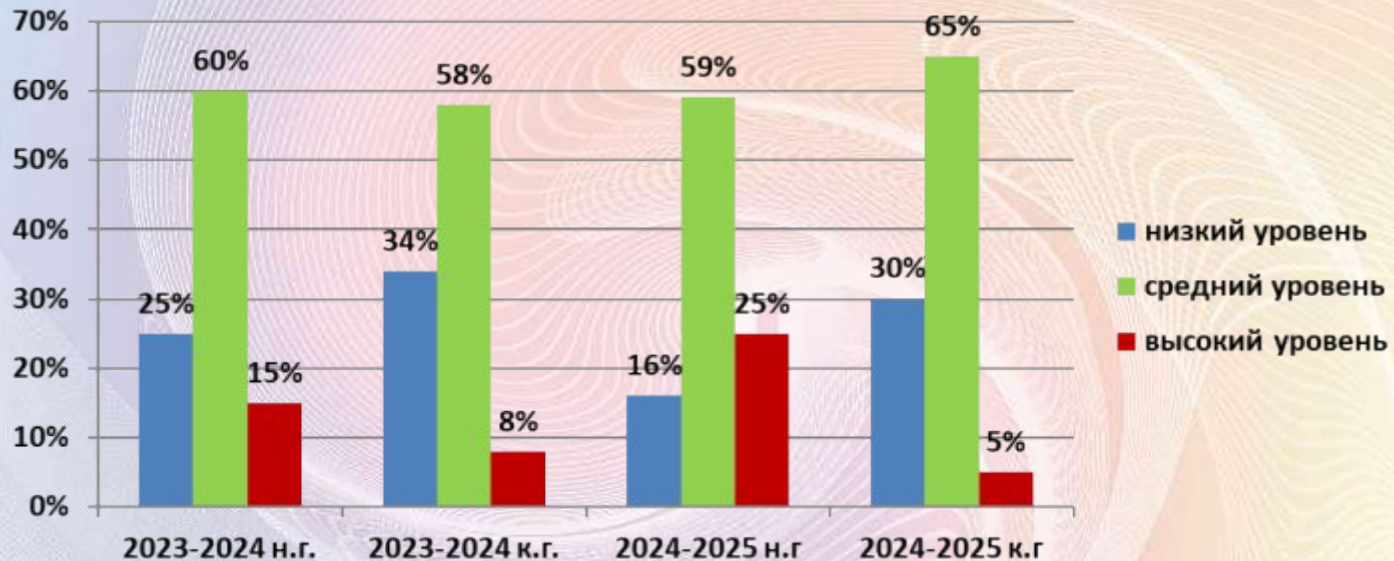
Ходит мишка по тропинке, разминает детям спинку.

Завершающее поглаживание

Был я рад тебе помочь (рада я тебе помочь) – вся усталость ушла прочь!

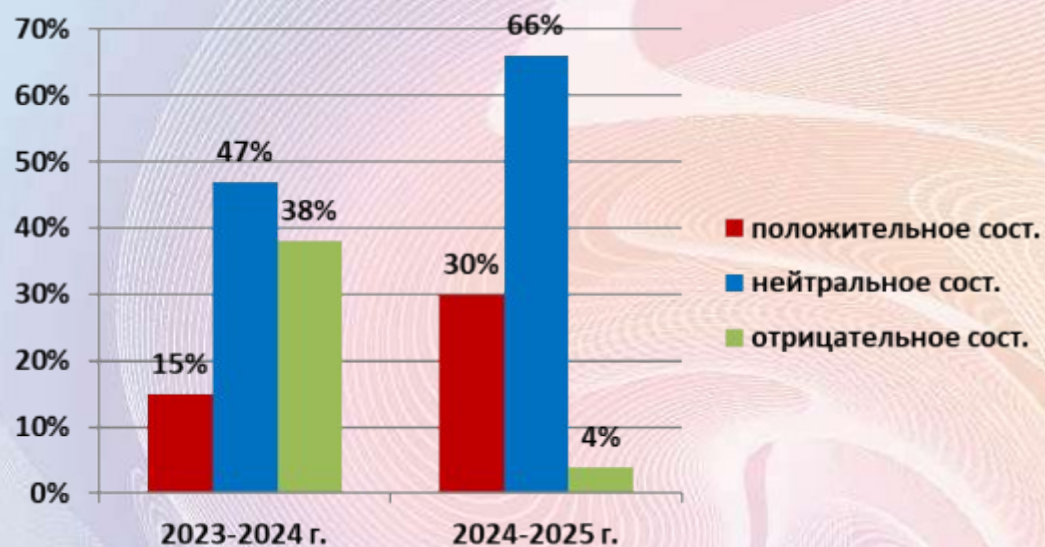
Рефлексивно-аналитический этап

Результаты диагностики детей старшего дошкольного возраста по методике «Выбери лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)



У детей старшего дошкольного возраста произошли изменения в сторону снижения уровня тревожности.
Увеличился процент детей со средним и низким уровнем тревожности.

Результаты диагностики детей старшего дошкольного возраста по методике «Рукавички» (Г. А. Цукерман)



Выводы

В результате проведенной работы у детей старшего дошкольного возраста:

- Снизился уровень личностной тревожности.
- Снизилось внутреннее и мышечное напряжение.
- Повысилась уверенность в себе и в своих силах.
- Снизилось количество агрессивных действий в отношении сверстников.
- Наблюдается внимательное, бережное, заботливое отношение детей друг к другу.

Литература

1. Катаева Л. И. Работа психолога с застенчивыми детьми. – М.: ООО Национальный книжный центр, 2016. – 64 с.
2. Колос Г. Г. 28 занятий для преодоления неуверенности и тревожности у детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2018 . – 72 с.
3. Микляева Н. В., Семенака С. И. Уроки добра: Комплексная программа социально-коммуникативного развития средствами эмоционального и социального интеллекта. – М.: АРКТИ, 2016.
4. Панфилова М. А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры. – М., ИЗДАТЕЛЬСТВО ГНОМ, 2020. – 160 с.
5. Петш Е. В., Зайцева А. В. Игровой массаж для дошколят: психолого-педагогическая технология. – СПб.: ООО ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2021. – 80 С.
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Приказы и письма Минобрнауки РФ. – М.: ТЦ Сфера, 2016. – 98 с.
7. Чистякова М. И. Психогимнастика / Под ред. М. И. Буянова. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.
8. Шипицына Л. М., Заширинская О. В. Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010. – 384 С.