

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад № 18 «Солнышко»

И.С. Шапурова, Т.В. Костюк

«МАЯК»:

ТЕХНОЛОГИИ ОСОЗНАННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ

Часть 3

Практический инструментарий специалиста

*(наглядно-дидактические и рабочие материалы
для непосредственного использования
в практической деятельности)*

И.С. Шапурова, Т.В. Костюк

«МАЯК»:

ТЕХНОЛОГИИ ОСОЗНАННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ

Часть 3

Практический инструментарий специалиста

*(наглядно-дидактические и рабочие материалы
для непосредственного использования
в практической деятельности)*

Приморско-Ахтарск

1. Протокол «СТОП-СИГНАЛ» (критерии психолого-физиологической безопасности)

Краткое описание: экспресс-таблица критических маркеров соматического, моторного и аффективного срыва ребенка с алгоритмами оказания первичной самопомощи.

Цель: обеспечение психофизиологической безопасности ребенка в процессе выполнения кинезиологических, соматических и песочных упражнений.

Способ применения: используется специалистом или воспитателем во время индивидуальных и групповых занятий. При появлении у ребенка хотя бы одного маркера (гиперемия, тремор, аффективная агрессия) практика незамедлительно останавливается и запускается соответствующий соматический протокол («Заземляющее дыхание», «Тяжелое одеяло», передача карточки-символа).

Категория нарушений	Маркеры проявления (Что видит педагог)	Первичная соматическая самопомощь
Вегетативные срывы	Резкое побледнение или гиперемия лица, потливость, учащенное дыхание, тошнота.	Посадить ребенка, дать воду, включить заземляющее дыхание (выдох длиннее вдоха).
Моторные срывы	Тремор рук/подбородка, содружественные движения языка/губ (синкинезии), резкая потеря координации.	Прекратить моторную практику. Применить легкое проприоцептивное обжатие плеч («Тяжелое одеяло»).
Аффективные срывы	Внезапная плаксивость, неконтролируемая агрессия (бросание песка), ступор.	Убрать раздражители. Передать карточку «Капелька Воды» или «Пещера», дать время на восстановление без давления.

2. Протокол наблюдения и структурного анализа динамики сессии

Назначение: оперативная фиксация изменений песочного пространства, действий ребенка, размещения и перемещения символов, особенностей взаимодействия и динамики состояния в ходе индивидуальной сессии.

Способ применения: заполняется педагогом-психологом преимущественно в процессе наблюдения; используются отметки, условные обозначения и краткие записи. Подробный анализ проводится после завершения сессии.

Общие сведения

ФИО ребенка: _____

Возраст: _____ Сессия №: _____

Дата: «_» _____ 202 г.

Специалист: _____

1. ИСХОДНОЕ СОСТОЯНИЕ ПЕСОЧНОГО ПРОСТРАНСТВА

Рельеф ☐ равнинный ☐ возвышение / гора ☐ углубление / яма ☐ смешанный ☐ многозонный ☐ другое: _____	Характер работы с песком ☐ осторожное прикосновение ☐ активное взаимодействие ☐ пересыпание ☐ сгребание ☐ разравнивание ☐ углубление ☐ насыпание ☐ разрушение ☐ повторяющиеся действия ☐ быстрое изменение действий ☐ длительное сосредоточение на одном участке
---	--

Пространственная организация

Активная зона: ☐ центр ☐ периферия ☐ отдельная зона

Используемая площадь: ☐ малая ☐ средняя ☐ большая

Первичное состояние пространства / краткая отметка:

2. ДИНАМИКА РАБОТЫ С ПЕСКОМ

Фиксируется не каждый эпизод, а значимые изменения.

№	Что изменил ребенок	Было → стало	Зона	Самостоятельно
1	☐ рельеф ☐ границы ☐ зона ☐ другое	_____ → _____	_____	☐ да ☐ с помощью
2	☐ рельеф ☐ границы ☐ зона ☐ другое	_____ → _____	_____	☐ да ☐ с помощью
3	☐ рельеф ☐ границы ☐ зона ☐ другое	_____ → _____	_____	☐ да ☐ с помощью

Повторяющиеся действия

- ☐ сохраняет один способ действия
- ☐ возвращается к ранее созданному участку
- ☐ повторно меняет один и тот же рельеф
- ☐ разрушает созданное
- ☐ восстанавливает разрушенное
- ☐ объединяет зоны
- ☐ разделяет зоны
- ☐ создает новые зоны

Значимое изменение:

3. РАБОТА С КАРТОЧКАМИ И ФИГУРКАМИ

Выбор

Карточки: _____

Фигурки: _____

Другие объекты: _____

Размещение	Действия с объектами
☐ центр	☐ размещает
☐ периферия	☐ перемещает
☐ возвышение	☐ переставляет
☐ углубление	☐ объединяет
☐ граница между зонами	☐ разделяет
☐ отдельная зона	☐ прячет / зарывает
☐ рядом с другим объектом	☐ извлекает
☐ далеко от других объектов	☐ меняет положение
	☐ убирает
	☐ возвращает
	☐ заменяет другим объектом

Динамика расположения

Было: _____

Изменилось: _____

Стало: _____

Значимое действие / изменение

4. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РЕЛЬЕФА, ОБРАЗОВ И ПРОСТРАНСТВА

Отметить, что происходило в процессе:

- ☐ объект помещен на возвышение
- ☐ объект помещен в углубление
- ☐ объект перемещен из одной зоны в другую
- ☐ объект освобожден из песка

- ☐ объект скрыт в песке
- ☐ между объектами создано расстояние
- ☐ объекты объединены
- ☐ создана граница / преграда
- ☐ граница / преграда изменена
- ☐ изменен рельеф вокруг объекта
- ☐ изменено положение самого объекта

Наиболее значимое пространственное изменение:

5. ВЕРБАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Отмечается только значимая речь ребенка, связанная с созданием или изменением песочного пространства.

Ключевые слова / высказывания:

Речь появляется:

- ☐ до действия
- ☐ во время действия
- ☐ после изменения
- ☐ после вопроса взрослого
- ☐ самостоятельно

6. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ И ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ

В начале ☐ спокоен ☐ напряжен ☐ насторожен ☐ возбужден ☐ заторможен ☐ заинтересован ☐ избегает взаимодействия ☐ затрудняется включиться	В процессе ☐ напряжение снижается ☐ напряжение сохраняется ☐ напряжение усиливается ☐ повышается включенность ☐ появляется инициативность ☐ появляется самостоятельность ☐ становится спокойнее ☐ возникают повторяющиеся действия ☐ появляется отказ / сопротивление ☐ меняется эмоциональная реакция	К завершению ☐ состояние стабилизируется ☐ сохраняется напряжение ☐ ребенок спокоен ☐ ребенок активен ☐ ребенок истощен ☐ ребенок заинтересован продолжать ☐ требуется дополнительная поддержка
---	--	---

7. КЛЮЧЕВАЯ ДИНАМИКА СЕССИИ

Что изменилось в песочном пространстве?

Было:

Стало:

Что изменилось в действиях ребенка?

Что изменилось во взаимодействии ребенка с образами / фигурками?

Что изменилось в состоянии ребенка?

8. РЕФЛЕКСИВНЫЕ МАРКЕРЫ

Отметить появление:

- ☐ называния чувства
- ☐ описания своего состояния
- ☐ объяснения действия
- ☐ объяснения выбора
- ☐ описания отношений между объектами
- ☐ изменения первоначального решения
- ☐ самостоятельного поиска другого варианта
- ☐ осмысления созданного
- ☐ нового высказывания после изменения пространства

Значимое высказывание:

9. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

СТОП-СИГНАЛ:

- ☐ не требуется
- ☐ требуется наблюдение
- ☐ требуется остановка / изменение условий

Основание: _____

10. ИТОГОВАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОТМЕТКА

Основная динамика сессии:

- ☐ стабилизация
- ☐ активизация
- ☐ снижение напряжения
- ☐ повышение инициативности
- ☐ расширение способов действия
- ☐ изменение пространственной организации
- ☐ изменение взаимодействия с символами
- ☐ появление вербализации
- ☐ иное: _____

Наиболее значимое изменение:

Направление дальнейшего
наблюдения: _____

3. Протокол сводного анализа цикла 14+ индивидуальных сессий

Цель: оценка эффективности коррекционно-развивающего процесса, отслеживание динамики трансформации аффекта в Я-регуляцию и формирование итогового заключения.

ПРОТОКОЛ СВОДНОГО АНАЛИЗА ЦИКЛА 14+ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СЕССИЙ
(итоговая аналитическая карта динамики ребенка)

ФИО ребенка: _____ Возраст: _____ Период проведения цикла: с _____ по _____
Специалист: _____ Количество сессий: _____ из 14+ Дата заполнения: _____

Показатели динамики	Сессии														Итоговая динамика (изменения за цикл)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14+	
1. ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЕНКА															
Уровень напряжения / тревожности															
Эмоциональная устойчивость															
Способность к саморегуляции															
Инициативность, активность															
2. ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ															
Импульсивность, вспышки															
Способность к завершению действий															
Взаимодействие и контакт															
Принятие помощи, правил, границ															
3. РАБОТА В ПЕСОЧНОМ ПРОСТРАНСТВЕ															
Сложность и разнообразие рельефа															
Организация пространства															
Динамика изменений (гибкость)															
Символическое содержание (образы, сюжеты)															
4. ВЕРБАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И РЕФЛЕКСИЯ															
Выражение чувств и состояний															
Осознание и называние переживаний															
Способность объяснить свои действия															
Позитивные изменения в самоотношении															
Общее впечатление о динамике (отметка специалиста)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

○ – без изменений + – умеренное улучшение ++ – выраженное улучшение – – ухудшение

Ключевые выводы по итогам цикла:

Наиболее значимые изменения:

Рекомендации (направления дальнейшей работы):

Подпись специалиста: _____
Дата: _____

г. Приморско – Ахтарск,
ул. Аэрофлотская, 132

 8 86143 3 07 55



Я создаю пространство
безопасности.

Я-Маяк: опора ребенка



 Зеркало души

В мессенджере MAX
создан чат подкаста «Зеркало души» - место,
где каждый голос имеет значение, а каждая
история вдохновляет!



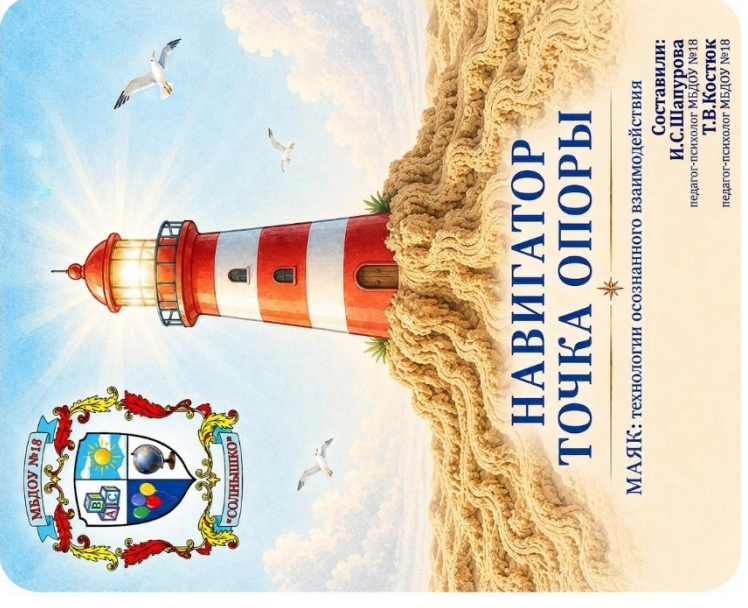


НАВИГАТОР ТОЧКА ОПОРЫ

МАЯК: технологии осознанного взаимодействия

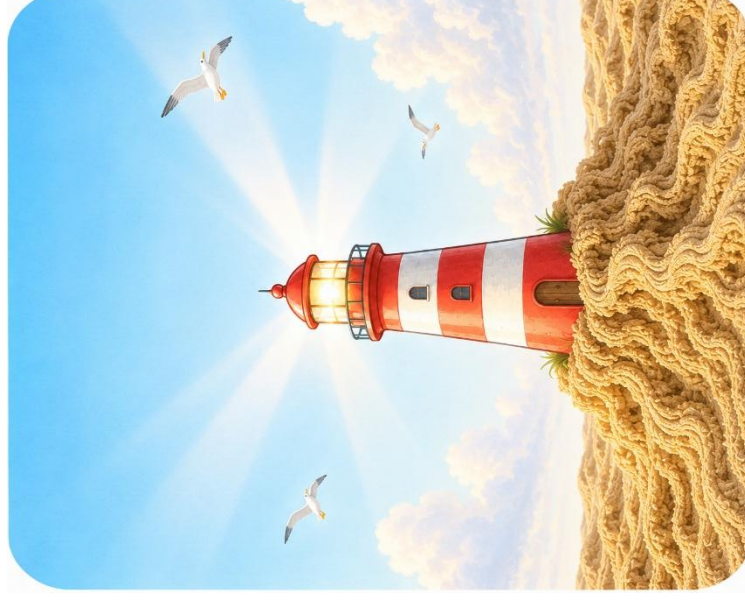
Составили:
И.С.Шалунова
педагог-психолог МБОУ №18

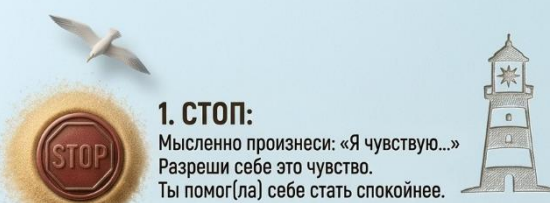
Т.В.Костюк
педагог-психолог МБОУ №18





*Я вижу в ребенке личность,
а не проблему.
Я - проводник
я - защита,
я - пример мудрости и
принятия.*





1. СТОП:
Мысленно произнеси: «Я чувствую...»
Разреши себе это чувство.
Ты помог(ла) себе стать спокойнее.



2. СЕКУНДА ДЛЯ СЕБЯ:
Возьми одну технику из раздела «Ресурс»
(на 3–5 секунд). Почувствуй опору в теле.
Примени её.



3. ДЕЙСТВИЕ:
Выбери вариант из раздела «Ситуация–действие».
Взаимодействуй безопасно и экологично.



Алгоритм твоих точных шагов



1. «Якорь»:

С силой упрись пятками в пол.
Почувствуй твердость земли.



2. «Сброс»:

Сделай резкий выдох через
рот со звуком «Фу-у-х»,
расслабляя плечи.



3. «Стакан»:

Сделай один глоток воды.
Почувствуй, как она проходит внутр



1. «Квадрат»:

Вдох (2с).
Задержка (1с) —
Выдох (2с).



2. «Кулаки»:

Сожми сильно кулаки
на 1 секунду.



3. «Взгляд»:

Переведи фокус
на любой предмет
вдалеке.



«Поза»:

Выпрями спину,
расправь плечи,
подбородок чуть вверх.



«Дыхание по коже»:

Погладь себя по предплечьям,
как бу «собирая»
границы тела.



«Наблюдатель»:

Скажи про себя: «Это
происходит, я это вижу,
я спокойна».





1. «Точка»:

Нажми пальцем на центр ладони другой руки.



2. «Цвет»:

Найди глазами 3 предмета одного цвета.



3. «Якорь»:

С силой упрись пятками в пол. Почувствуй твердость земли.



«Улыбка»:

Растяни губы, даже через силу. Мозг считает это сигналом безопасности.



«Счет»:

Медленно досчитай до трех, касаясь большого пальца остальными.



«Тишина»:

Закрой глаза на 3 секунды. Представь чистое, белое пространство.



Ситуация



Агрессия (бьет)



Истерика (крик)



Плач (горе)

Действие

Жест своей ладонью «Стоп» на уровне груди, спокойным голосом: «Я не позволю себя бить»

«Контейнер»: низкий голос, тихая речь, не вступать в диалог.

Присоединение: присесть на уровень глаз. «Я вижу, тебе грустно»



Ситуация



Ребенок обманывает



Объятия (желание)



Ребенок «завис»

Действия

Не «Ты обманываешь!», а «Какая интересная история. А как было на самом деле?»

«Теплое зеркало»: обнять ответно, дать опору.

«Ритм»: легкое постукивание по коленям, включение в действие.






Ситуация	Действие
 Конфликт детей (бьет)	Развести, выслушать обоих, не обвинять, искать решение вместе.
 Отказ спать (адаптация)	«Тихий шепот»: поглаживание по спинке, монотонный рассказ.
 Отказ спать (обычно)	«Смена фокуса»: «Мы сейчас отдыхаем, чтобы силы вернулись к играм».






Ситуация	Действие
 Разбросал игрушки	Вместе: «Помоги мне собрать это сокровище».
 Насмешки над другими	Переключение: «Мы здесь учимся быть командой, а не критиками».
 Замкнутость	Не давить, просто находиться рядом в тишине.






Ситуация	Действие
 Ребенок требует внимания	Ребенок требует внимания Ключевая техника/реакция «Валидация»: «Я вижу, как сильно ты хочешь со мной поговорить».
 Отказ от занятий	Отказ от занятий Ключевая техника/реакция «Смена роли»: «Хорошо, просто посиди рядом, посмотри, как мы делаем».







Ситуация	Действия
 Не слушается	Предложить четкий выбор: «Ты сам уберешь или мне помочь тебе?» (без частицы «ли» и с четким фокусом)
 Нарушение границ	Сообщить о своих потребностях: «Мне сейчас нужно пространство, я подойду позже» (четко и спокойно)
 Сложные родители	Установить партнерство: «Я слышу вашу тревогу. Давайте обсудим факты» (конструктивно)





5. Информационный декодер для родителей «Ключ к песочному миру»

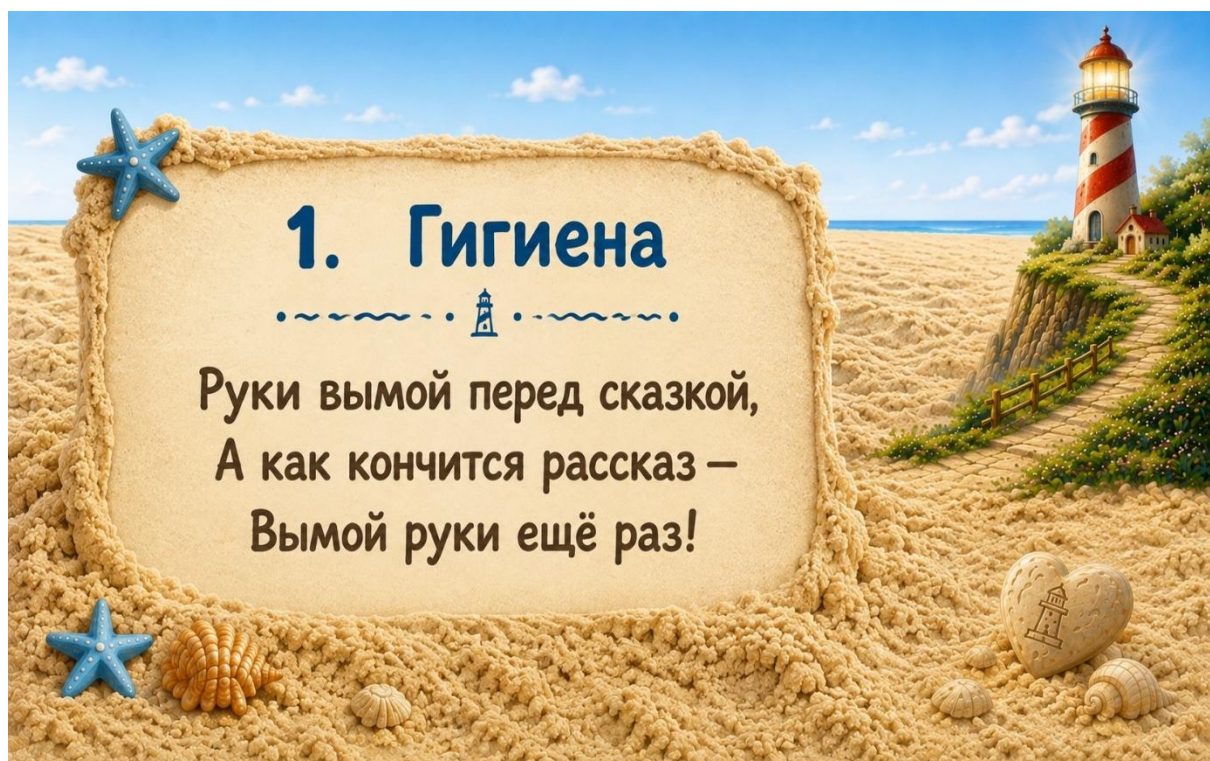
Краткое описание: экспертная диагностическая сетка 3×3, разделенная на 9 смысловых зон (квадратов), содержащая подробную расшифровку элементов песочного рельефа (гора, яма, равнина).

Цель: перевод проективного песочного ландшафта ребенка в объективные психологические категории (зона аффекта, точка опоры, зона страха, зона ресурсов и др.).

Способ применения: применяется педагогами и родителями. Сетка накладывается на песочницу и сопоставляет созданный ребенком (или самим взрослым) рельеф с координатами матрицы для определения актуального психоэмоционального статуса.

Зона истощения и ухода	Зона мыслей и планов	Зона фантазий и мечтаний
▲ Гора: Попытка удержать остатки сил, гиперкомпенсация усталости. У Яма: Глубокая истощенность, уход в себя, дефицит энергии, апатия. ■ Равнина: эмоциональное уплощение, пассивность, истощение ресурсов.	▲ Гора: стремление всё контролировать, ментальные «заборы» и барьеры. У Яма: Поиск решений, «раскопка» смыслов, ментальное копание в проблеме. ■ Равнина: Ясное, спокойное сознание, готовность к осмыслению	▲ Гора: Завышенные ожидания, иллюзии, уход от реальности в мир фантазий У Яма: Крушение надежд, разочарование, оторванность от почвы. ■ Равнина: Легкий полет фантазии, открытость новому, гармоничное воображение.
Зона прошлой обиды	Точка опоры. баланс	Зона контакта и связи
▲ Гора: Накопленные старые обиды. Яма: Незаживающая эмоциональная рана, застревание в травмирующей ситуации. У Равнина: Сглаживание острых углов обиды, попытка примириться с прошлым опытом	▲ Гора: Устойчивая самооценка, здоровые личные границы, уверенность в своих силах. У Яма: Поиск внутренней опоры, центрирование Равнина: ресурсное и стабильное состояние здесь и сейчас.	▲ Гора: Потребность в признании Яма: Одиночество, дефицит общения, изоляция, желание прятаться от социума. У Равнина: Свободные и гармоничные контакты с окружающими.
Зона страха и зажима	Зона заземления и стоп	Зона аффекта и разряда
▲ Гора: Тревожный барьер, блок, страх перед будущим или оценкой взрослых У Яма: Скрываемый испуг, фобические проявления. ■ Равнина: Снятие острого испуга, затишье перед преодолением страха.	▲ Гора: Упрямство, попытка жестко зафиксировать себя. У Яма: Поиск физической опоры для безопасности. ■ Равнина: Надежное заземление, уверенный контакт с реальностью	▲ Гора: Буря эмоций, вулкан невыраженного гнева, пик эмоционального напряжения. У Яма: Взрывной аффект, агрессивный разрушительный сброс энергии. ■ Равнина: Успешно отреагированный гнев, остывший вулкан

**6. Компактное наглядно-дидактическое пособие (песочные правила):
«Маяк подскажет Мастерам, как жить песочным чудесам»**





3. Безопасность для здоровья



Песок не ешь и в рот не бери,
В глаза не сыпь, лицо береги
Побереги себя, мой кроха,
Ведь для здоровья это плохо!

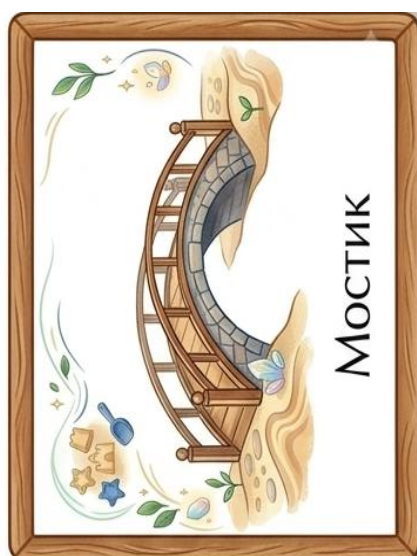


4. Завершение игры



Потереть ладошки нужно,
В бокс вернуть песочек дружно!

7. Наглядно-символический комплект метафорических карточек
«Волшебные картинки»
(раздаточный материал детям)





Ракета



Паутинка



Облачко



Замок



Солнце



Камень



Капелька

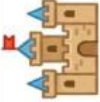


Росток



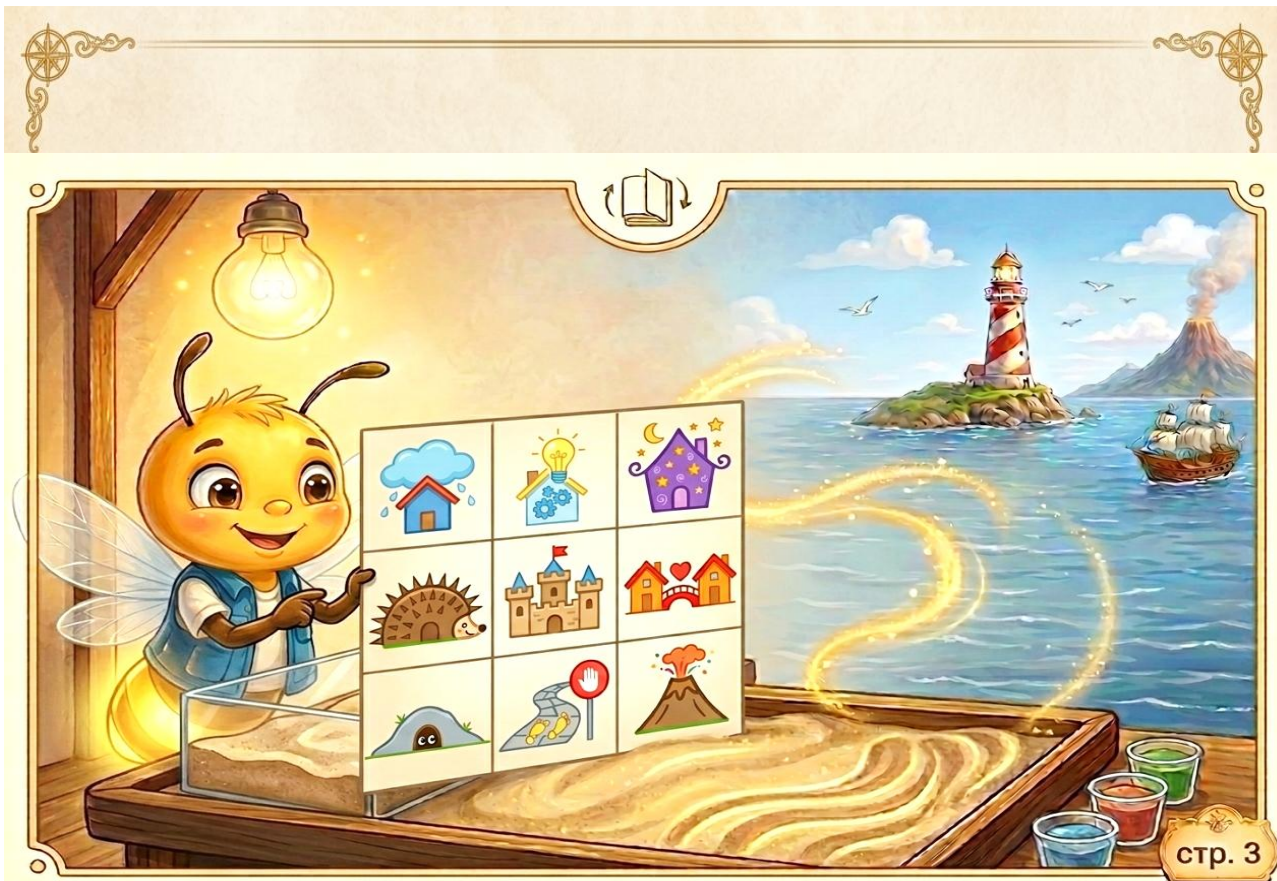
Перо

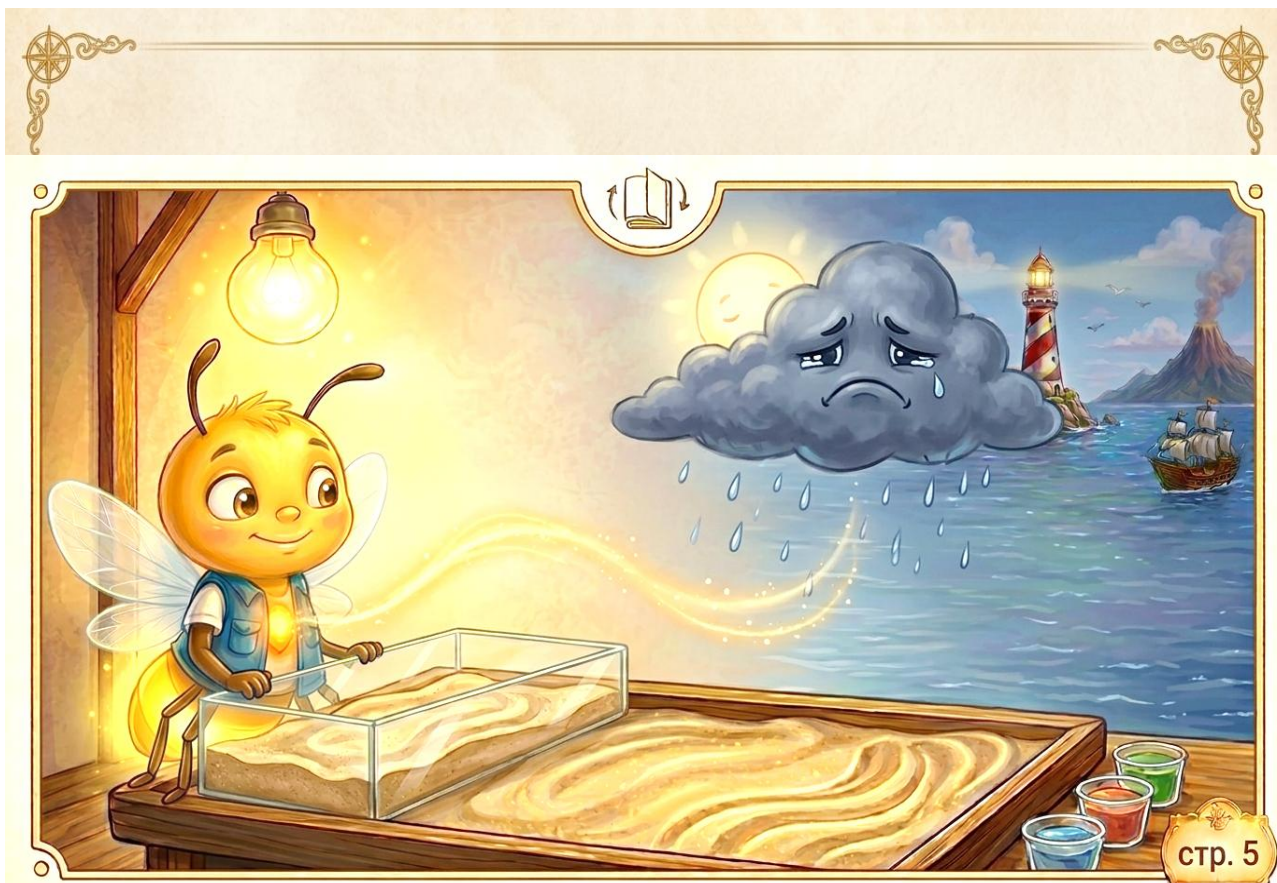
8. Накладная сетка «Волшебные домики» (раздаточный материал детям)

 Облачковый домик, где можно отдохнуть	 Домик мыслей, где придумывают правила	 Домик фантазий, где живут мечты
 Домик-ёжик, где живут обиды и колготки	 Королевский замок, главная точка опоры	 Домик друзей
 Норка мышки, где прячутся страхи	 Тропинка для стоп, где начинается путь	 Гора вулкан, здесь живет гнев

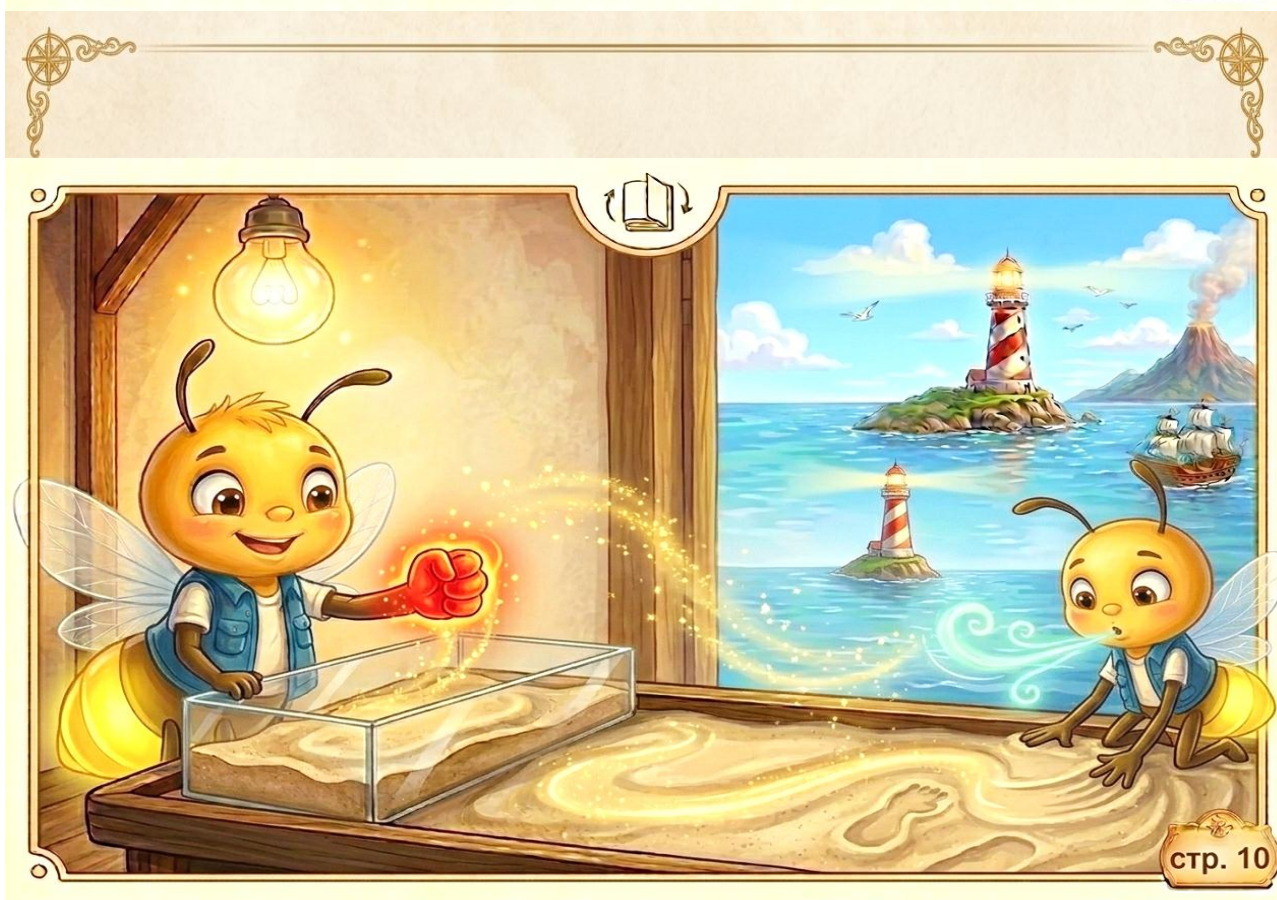
9. Настольный перекидной дидактический альбом
«Коллекция открытий Хранителя Маяка» (для детей 5-7 лет).

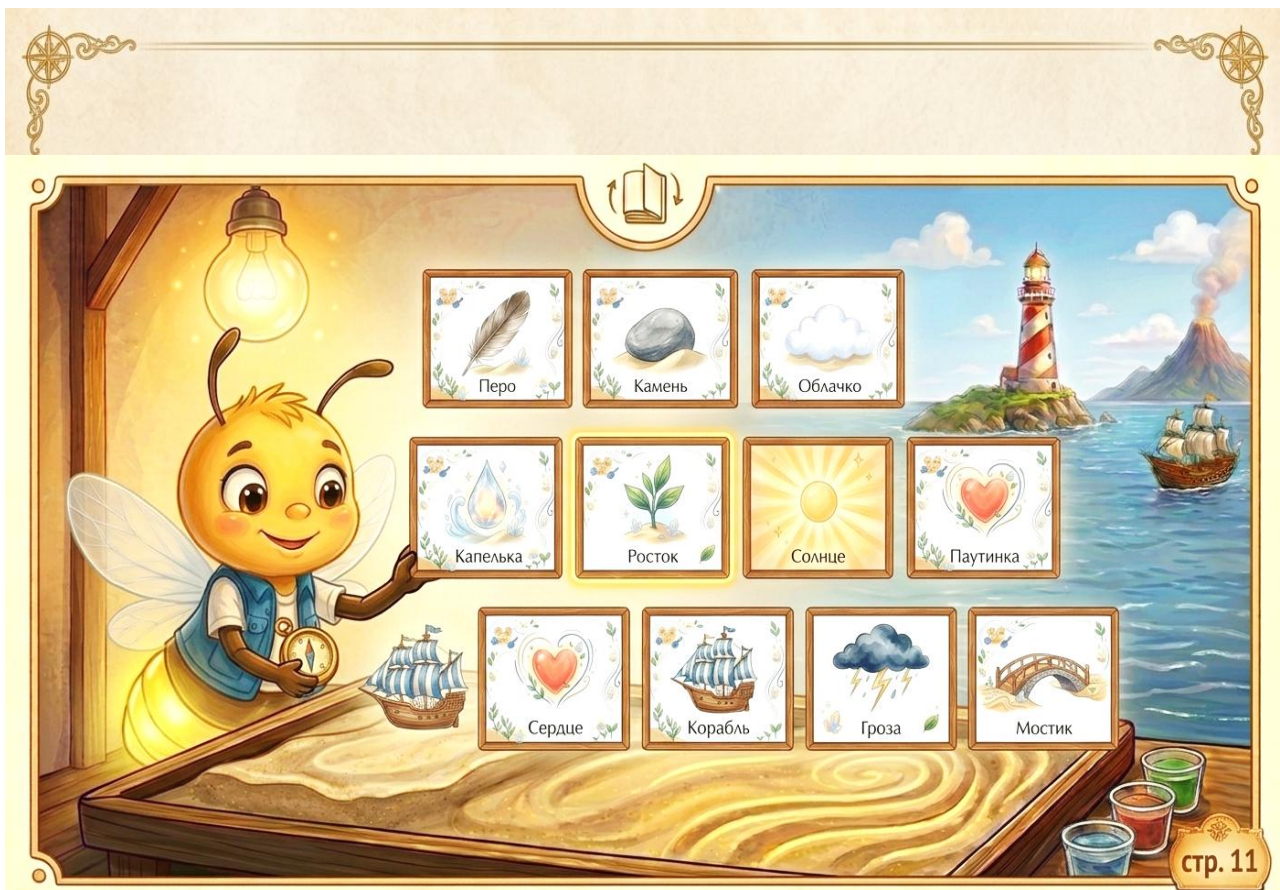








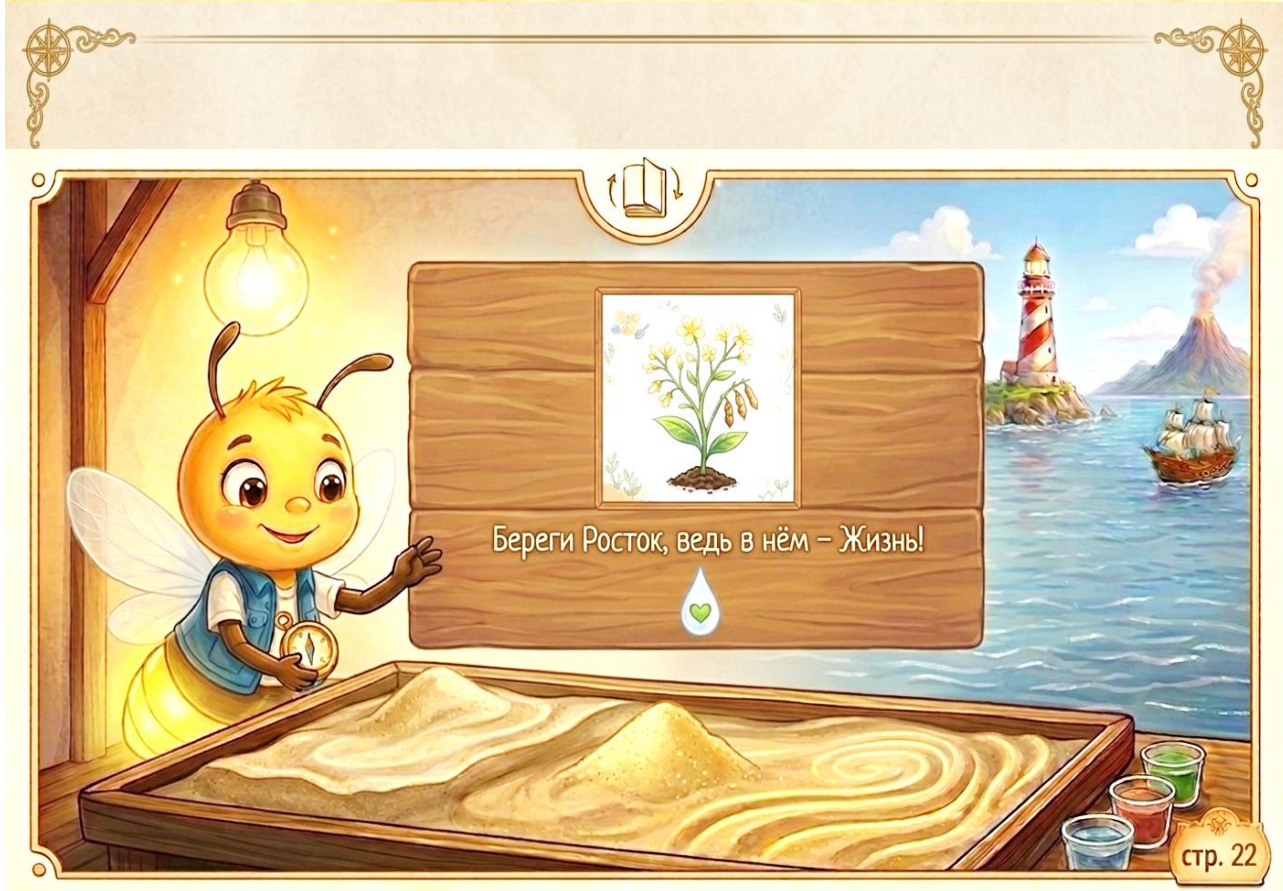


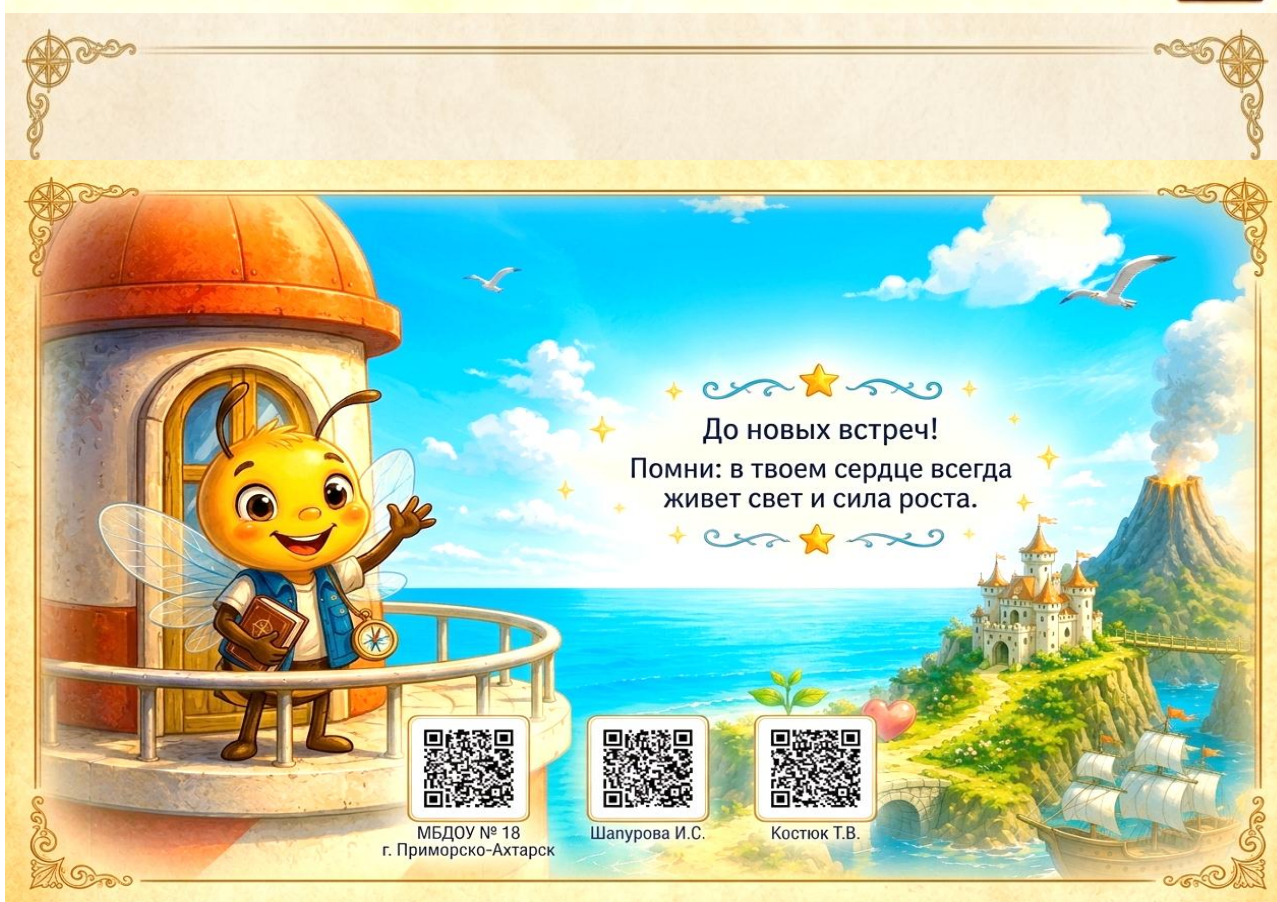












10. Почетный диплом «Мастер песочных чудес»

