

Всероссийский конкурс  
лучших психолого-педагогических программ  
и технологий в образовательной среде – 2025

Номинация конкурса:  
«Образовательные (просветительские) психолого-педагогические  
программы»

**Программа в рамках родительского клуба  
«Школа родителей. Раннее развитие»**



Авторы:

**Власова Наталья Михайловна** – педагог-психолог, 8 908 880 97 26;

**Дубенцова Юлия Валерьевна** – педагог-психолог первой  
квалификационной категории, 8 908 989 27 13;

**Егорова Алена Викторовна** – учитель-дефектолог, 8 908 897 18 32.

Наименование образовательной организации: КОУ «Ханты-Мансийская  
школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Ханты-Мансийск, 2025

Рецензент:

**Стерхова Наталья Сергеевна** – кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и методики дошкольного и начального образования ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет».

**Власова, Н.М.**

**Дубенцова, Ю.В.**

**Егорова, А.В.**

Школа родителей. Раннее развитие: образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа / Н.М. Власова, Ю.В. Дубенцова, А.В. Егорова; под общ. ред. А.П. Уфимцевой.

Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа «Школа родителей. Раннее развитие» адресована родителям (законным представителям) детей раннего возраста (0-3 лет) и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), в частности с интеллектуальными нарушениями. Программа призвана стать надежной опорой для семей, которые сталкиваются с тревогой, информационным дефицитом и недостатком практических навыков в вопросах воспитания и абилитации ребенка.

Курс состоит из 12 структурированных занятий и построен на комплексном подходе, который объединяет образовательный, практический и психологический компоненты. В рамках встреч родители изучают ключевые аспекты раннего развития, учатся выстраивать надежную привязанность, получают инструменты для профилактики родительского выгорания и стресса. Особое внимание уделяется освоению практических приемов для развития сенсорики, крупной и мелкой моторики, эмоционального интеллекта, социальных навыков и самостоятельности ребенка в домашних условиях.

Ключевой особенностью программы является ее практическая направленность: через мастер-классы, разбор реальных кейсов и ролевые игры родители не просто получают знания, но и формируют устойчивые навыки. Программа способствует созданию единого развивающего пространства «школа-дом» и формированию поддерживающего родительского сообщества.

В результате прохождения программы родители повышают свою психолого-педагогическую компетентность, обретают уверенность в своих силах, снижают уровень тревожности и выстраивают более гармоничные и осознанные отношения с ребенком, создавая оптимальные условия для его развития и социализации.

## Содержание программы

Пояснительная записка.....	5
Методологическая и теоретическая основа.....	7
Цель и задачи программы.....	8
Практическая значимость.....	8
Организация и содержание программы.....	9
Содержание занятий.....	9
Учебно-тематический план программы.....	10
Приложение 1.....	12
Конспект занятия №1. Тема: «Что такое раннее развитие? Ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет».....	12
Конспект занятия №2. Тема: «Привязанность – основа всего. Как построить надежные отношения с малышом».....	14
Конспект занятия №3. Тема: «Держись! Или откуда родителям взять ресурсы? Профилактика выгорания».....	17
Конспект занятия №4. Тема: «Стрессоустойчивость родителей, забота о себе. Как надеть кислородную маску сначала на себя».....	20
Конспект занятия №5. Тема: «Мир на кончиках пальцев. Сенсорное развитие ребёнка в домашних условиях».....	22
Конспект занятия №6. Тема: «Движение – это жизнь. Развитие крупной и мелкой моторики».....	25
Конспект занятия №7. Тема: «Эмоциональный интеллект. Учим понимать и принимать чувства ребенка».....	28
Конспект занятия №8. Тема: «Игра – это серьезно! Как играть с ребенком, чтобы это было полезно».....	31
Конспект занятия №9. Тема: «Социальное взаимодействие. От игры рядом к игре вместе: как помочь ребенку общаться со сверстниками».....	33
Конспект занятия №10. Тема: «Формирование самостоятельности. От помощи к поддержке: как научить ребенка делать самому».....	36
Конспект занятия №11. Тема: «Развивающая среда дома. Как организовать безопасное и полезное пространство».....	39
Конспект занятия №12. Тема: «Подведение итогов. Наши успехи и дальнейшие шаги».....	41
Приложение 2.1. Анкета участника программы.....	44
Приложение 2.2. Анкета по итогам программы.....	45
Приложение 3.1. Буклет «Мир на кончиках пальцев» .....	46
Приложение 3.2. Буклет «Контейнирование».....	48
Приложение 3.3. Буклет «Игра – это серьезно!».....	50
Список литературы и методических материалов.....	52

# Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа «Школа родителей. Раннее развитие»

## Пояснительная записка

То, что сегодня ребенок умеет делать в сотрудничестве и под руководством, завтра он становится способен выполнять самостоятельно

*Л.С. Выготский*

В современных социокультурных условиях наблюдается трансформация подходов к образованию и абилитации детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Приоритет смещается от медицинской модели к социальной и психолого-педагогической, в центре которой находится не только ребенок, но и его семья как ключевой институт социализации. Государственная политика, отраженная в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», подчеркивает значимость участия родителей в образовательном процессе. Однако для семей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями, в частности с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, а также детей раннего возраста с рисками развития, это участие сопряжено со значительными трудностями.

**Актуальность разработки** и внедрения данной программы обусловлена рядом противоречий:

1. **Между признанием семьи как ведущего фактора развития ребенка и недостаточной психолого-педагогической компетентностью родителей** в вопросах абилитации, воспитания и создания адекватной развивающей среды. Родители часто испытывают информационный дефицит, фрустрацию, тревогу и чувство беспомощности.

2. **Между необходимостью непрерывного коррекционно-развивающего воздействия и его фактической дискретностью**, ограниченной временем пребывания ребенка в образовательном учреждении. Создание единого образовательного пространства «школа-дом» является критически важным условием эффективности работы.

3. **Между огромным потоком общедоступной информации о «раннем развитии» и отсутствием у родителей инструментов для ее критического анализа** и адаптации к индивидуальным особенностям своего ребенка, что приводит либо к форсированию развития, либо к упущению сензитивных периодов.

**Проблема** заключается в поиске и научном обосновании эффективных форм и методов психолого-педагогической работы, способствующих повышению компетентности родителей в вопросах развития детей с ОВЗ и созданию условий для оптимизации детско-родительских отношений в семьях данной категории.

Реализация психолого-педагогической программы «Школа родителей. Раннее развитие» осуществляется в соответствии с международными конвенциями, федеральным законодательством Российской Федерации, а также региональными и локальными нормативными актами, регламентирующими права детей на образование, развитие и поддержку их семей:

- **Конвенция ООН о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989).** Программа опирается на ключевые статьи Конвенции,

утверждающие право каждого ребенка на развитие (ст. 6), право на образование (ст. 28) и признание роли родителей как основных лиц, ответственных за воспитание и развитие ребенка (ст. 18).

- **Конвенция ООН о правах инвалидов (принята резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи от 13.12.2006, ратифицирована РФ в 2012 г.).** Статьи 7 («Дети-инвалиды»), 23 («Уважение дома и семьи») и 24 («Образование») закрепляют право детей с ОВЗ на полноценное развитие, получение поддержки в рамках семьи и доступ к инклюзивному и качественному образованию. Программа напрямую способствует реализации этих прав, оказывая поддержку семьям.

- **Конституция Российской Федерации.** Гарантирует право на образование (ст. 43) и защиту материнства, детства и семьи со стороны государства (ст. 38), что является основополагающим принципом для разработки и реализации подобных программ.

- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».**

- **Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС);**

- **Устав КОУ «Ханты-Мансийская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».** Определяет цели и виды деятельности образовательной организации, в рамках которых возможна реализация дополнительных просветительских программ для родителей.

- **Основная образовательная программа (адаптированная) школы.** Программа «Школа родителей. Раннее развитие» является компонентом системы комплексного психолого-педагогического сопровождения обучающихся и их семей, предусмотренной основной программой учреждения.

- **Согласие родителей (законных представителей) на участие в программе и на психолого-педагогическое сопровождение.** Участие в программе является добровольным и осуществляется на основании личного заявления или согласия, что соответствует требованиям законодательства о защите прав личности и персональных данных (ФЗ от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»).

- **Локальные нормативные акты и пр.**

Программа соответствует государственной образовательной политике в области защиты прав детей с ОВЗ и поддержки их семей, и является легитимной формой психолого-педагогической деятельности в образовательной организации.

Современное образование детей с особыми образовательными потребностями требует активного вовлечения родителей в коррекционно-развивающий процесс. Особую значимость родительское участие приобретает в контексте работы с детьми раннего возраста и детьми с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Ранний возраст является фундаментальным периодом в развитии человека, когда закладываются основы физического, психического и социального здоровья. Современные родители сталкиваются с огромным потоком информации о раннем развитии, в котором сложно ориентироваться. Часто это приводит к тревожности, завышенным ожиданиям или, наоборот, к упущению важных сензитивных периодов развития ребенка.

Теория Эрнста Геккеля о взаимосвязи онтогенеза и филогенеза предоставляет важное методологическое основание для понимания развития детей с интеллектуальными нарушениями. Согласно этой теории, индивидуальное развитие организма (онтогенез) в сжатой форме повторяет эволюционное развитие

вида (филогенез). Это означает, что для полноценного развития ребенка необходимо последовательное прохождение всех стадий развития, даже если этот процесс замедлен или затруднен.

Многие родители детей с интеллектуальными нарушениями не обладают достаточными знаниями о закономерностях развития и специфических потребностях своих детей. Они не всегда понимают важность стимуляции на ранних этапах и создания развивающей среды, соответствующей актуальному уровню развития ребенка. Это может приводить к тому, что потенциал развития ребенка не реализуется в полной мере.

Реализация психолого-педагогической программы «Школа родителей. Раннее развитие» будет способствовать значимому повышению уровня родительской компетентности, что проявится в углублении знаний о закономерностях и особенностях развития ребенка, овладении практическими навыками создания развивающей среды и стимуляции развития, снижении уровня родительской тревожности и эмоционального выгорания, гармонизации детско-родительских отношений и формировании принимающей родительской позиции.

### **Методологическая и теоретическая основа**

Методологическую основу программы составляют:

- **Культурно-историческая теория Л.С. Выготского**, в частности его положения о социальной ситуации развития, зоне ближайшего развития и системном строении дефекта, где первичный дефект влечет за собой вторичные отклонения, поддающиеся коррекции через правильно организованное обучение и воспитание.
- **Теория привязанности Дж. Боулби**, раскрывающая фундаментальную потребность ребенка в надежной эмоциональной связи со значимым взрослым как основы для дальнейшего психического и личностного развития.
- **Биогенетический закон Э. Геккеля**, адаптированный к задачам дефектологии, который подчеркивает важность последовательного прохождения всех этапов онтогенеза для полноценного формирования высших психических функций.
- **Теория деятельности А.Н. Леонтьева**, рассматривающая игру как ведущую деятельность ребенка, в которой происходит его основное психическое развитие.
- **Гуманистический и системный подходы в семейной психологии**, рассматривающие семью как целостную систему, где изменения в одном элементе (например, в родительской компетентности) влекут за собой изменения во всей системе.

### **Научная новизна и теоретическая значимость**

Новизна программы заключается в комплексном подходе, который объединяет образовательный, практический и психологический компоненты в единой структуре. В отличие от разрозненных консультаций, программа предлагает системный, пролонгированный курс, направленный не только на передачу знаний, но и на формирование устойчивых навыков и трансформацию родительской позиции. Теоретическая значимость состоит в систематизации и адаптации современных психолого-педагогических знаний для конкретной целевой аудитории, а также в разработке модели работы с родителями, которая может быть использована в других образовательных организациях.

## **Цель и задачи программы**

Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах сопровождения и стимуляции развития детей раннего возраста и детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью с учетом закономерностей последовательного прохождения всех необходимых этапов онтогенетического развития.

## **Задачи программы**

### **Образовательные:**

- Сформировать у родителей представление о закономерностях развития ребенка;
- Ознакомить с особенностями развития детей с умственной отсталостью;
- Обучить методам наблюдения и оценки актуального уровня развития ребенка.

### **Практические:**

- Обучить родителей конкретным приемам и методам стимуляции развития ребенка;
- Сформировать навыки создания развивающей среды;
- Научить адаптировать развивающие занятия под индивидуальные потребности ребенка;
- Освоить изготовление простых развивающих материалов и пособий.

### **Психологические:**

- Оказать психологическую поддержку родителям;
- Снизить уровень родительской тревожности;
- Сформировать принимающее отношение к ребенку и его особенностям;
- Содействовать формированию родительского сообщества для взаимной поддержки.

## **Практическая значимость**

Практическая значимость программы определяется следующими аспектами:

**Повышение эффективности коррекционно-развивающей работы** за счет согласованности усилий педагогов и родителей, создания единой развивающей среды в школе и дома.

**Индивидуализация подхода к развитию ребенка.** Родители получают инструменты для наблюдения за своим ребенком, выявления его сильных сторон и потребностей, что позволяет выстраивать индивидуальный маршрут развития.

**Непрерывность коррекционного процесса.** Освоенные родителями техники и приемы позволяют продолжать развивающую работу в домашних условиях, что значительно увеличивает ее интенсивность и эффективность.

**Улучшение детско-родительских отношений.** Понимание особенностей и потребностей ребенка способствует формированию более принимающего и поддерживающего отношения.

**Профилактика эмоционального выгорания родителей** через освоение эффективных стратегий взаимодействия с ребенком и через формирование поддерживающего сообщества.

**Экономическая доступность.** Родители учатся создавать развивающую среду из доступных материалов, что делает коррекционно-развивающую работу доступной для семей с разным уровнем дохода.

## **Организация и содержание программы**

Программа реализуется на базе школы для детей с интеллектуальными нарушениями и включает 12 занятий (приложение 1), проводимых в каникулярное время для родителей (законных представителей).

### **Целевая аудитория:**

- Родители (законные представители) детей от 0 до 3 лет, детей с интеллектуальными нарушениями любого возраста.
- Родители (законные представители), впервые столкнувшиеся с вопросами раннего развития/сложностями воспитания ребёнка.

### **Длительность и формат проведения:**

**Срок реализации:** 6 месяцев (всего 12 встреч), 8 встреч в каникулярное время (осенние и весенние каникулы), 1 встреча в месяц (ноябрь-февраль). Продолжительность – 1-1,5 часа. Реализация разделов 1 и 3 проходят в каникулярное время, раздел 2 реализуется раз в месяц (мастер-классы).

**Формы встреч:** перед началом проведения встреч возможны индивидуальные консультации с родителями (законными представителями), собеседование перед зачислением на курс программы, анкетирование (приложение 2.1. Анкета №1), основная часть курса проходит в формате очных групповых занятий до 12-ти участников и (по необходимости) онлайн-консультаций (дистанционное консультирование через мессенджеры и родительские сообщества). По итогам прохождения программы родителям предлагается заполнить анкету обратной связи (приложение 2.2. Анкета №2).

## **Ожидаемые результаты**

По завершении программы родители:

Приобретут понимание закономерностей развития ребенка и важности последовательного прохождения всех этапов онтогенеза в соответствии с теорией Эрнста Геккеля.

Будут владеть практическими методами и приемами стимуляции развития ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.

Освоят техники наблюдения за ребенком и отслеживания динамики его развития.

Научатся создавать развивающую среду, соответствующую актуальным потребностям ребенка.

Смогут составлять индивидуальный план развития ребенка на основе выявленных потребностей.

Повысят собственную уверенность в родительской роли.

Станут частью поддерживающего родительского сообщества.

В целом, реализация программы будет способствовать оптимизации развития детей с умственной отсталостью и детей раннего возраста, повышению качества жизни семей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями, и созданию благоприятных условий для максимально возможной социализации этих детей.

## **Содержание занятий**

Каждое занятие включает вводную позитивную разминку («Новое-хорошее»), основной обучающий блок (информация, упражнения/игры), практическую часть (демонстрация, совместная деятельность), обсуждение

домашних заданий. рефлексия («Что беру с собой...») и ритуал завершения встречи.

### Используемые методы и материалы

- Демонстрация развивающих игр и методик (сенсорные, речевые, двигательные упражнения);
- Арт-терапия, музыкальная терапия, изотерапия;
- Памятки и буклеты (приложение 3);
- Анкетирование, опросы для оценки результата (приложение 2).

### Ожидаемые результаты

- Рост информированности родителей о возрастных потребностях и особенностях развития ребёнка;
- Развитие навыков ранней диагностики и поддержки ребёнка;
- Рост родительской уверенности в себе, эмоционального благополучия семьи;
- Усиление социального взаимодействия родителей, создание поддерживающего сообщества.

### Кадровое обеспечение:

- Педагог-психолог, Дубенцова Юлия Валерьевна
- Педагог-психолог, Власова Наталья Михайловна
- Учитель-дефектолог, Егорова Алена Викторовна

**Направленность программы:** программа имеет просветительскую и образовательную направленность и нацелена на формирование у родителей компетенций в вопросах психофизического развития детей раннего возраста, обучение практическим методам и играм, способствующим развитию сенсорной, моторной, речевой и эмоциональной сфер ребенка, профилактику родительского выгорания и создание позитивного эмоционального климата в семье.

### Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование раздела и темы	Всего часов	Форма контроля и взаимодействия
<b>Раздел 1. «Основы раннего развития и родительства»</b>			
1.	Что такое раннее развитие? Ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет.	1,5 ч.	Мини-лекция, групповая дискуссия, упражнение «Новое-хорошее».
2.	Привязанность – основа всего. Как построить надежные отношения с малышом.	1,5 ч.	Семинар-практикум, анализ видеофрагментов, обсуждение домашних заданий.
3.	«Держись! Или откуда родителям взять ресурсы?». Профилактика выгорания.	1,5 ч.	Практикум, обучение техникам релаксации, работа с чек-листом «Забота о себе».
4.	Стрессоустойчивость родителей, забота о себе. Как надеть кислородную маску сначала на себя	1,5 ч.	Практикум, обучение техникам релаксации, работа с чек-листом

			«Забота о себе».
<b>Раздел 2. «Практикум по развитию ребенка»</b>			
5.	Мир на кончиках пальцев. Сенсорное развитие ребенка в домашних условиях.	1,5 ч.	Мастер-класс, создание сенсорных материалов, анализ выполнения заданий.
6.	Движение – это жизнь. Развитие крупной и мелкой моторики.	1,5 ч.	Мастер-класс, демонстрация упражнений, активное участие родителей.
7.	Эмоциональный интеллект с пеленок. Учимся понимать и принимать чувства ребенка.	1,5 ч.	Разбор кейсов, ролевые игры, собеседование по результатам домашнего задания.
8.	Игра – это серьезно! Как играть с ребенком, чтобы это было полезно.	1,5 ч.	Практикум, демонстрация и проигрывание развивающих игр.
9.	Социальное взаимодействие. От игры рядом к игре вместе: как помочь ребенку общаться со сверстниками	1,5 ч.	Практикум, демонстрация и проигрывание развивающих игр.
<b>Раздел 3. «Растем вместе: от теории к практике»</b>			
10.	Формирование самостоятельности. От помощи к поддержке: как научить ребенка делать самому	1,5 ч.	Обмен опытом, работа в мини-группах, собеседование.
11.	Развивающая среда дома. Как организовать безопасное и полезное пространство.	1,5 ч.	Семинар с демонстрацией фото- и видеоматериалов, практические рекомендации.
12.	Подведение итогов. Наши успехи и дальнейшие шаги.	1,5 ч.	Рефлексия «Это я возьму с собой», итоговое анкетирование, неформальное общение.

## Конспекты занятия

### Конспект занятия №1. Тема: «Что такое раннее развитие? Ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет».

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах раннего развития и ключевых потребностей ребенка от 0 до 3 лет.

**Задачи:** создать доверительную и безопасную атмосферу в группе, познакомить участников. Сформировать у родителей адекватное представление о понятии «раннее развитие», развенчать популярные мифы. Проинформировать родителей о фундаментальных физических, эмоциональных и познавательных потребностях ребенка раннего возраста. Способствовать осознанию родителями своей ключевой роли в создании развивающей среды. Мотивировать участников на дальнейшее посещение занятий.

**Материалы и оборудование:** флипчарт или маркерная доска, маркеры, ручки и бумага для каждого участника, проектор для презентации (по возможности), распечатанные памятки «Мифы о раннем развитии» и «Пирамида потребностей малыша», оборудование для релаксации (коврики или пуфы, музыкальный центр).

#### План занятия

##### 1. Вводная часть (20-25 минут)

Приветствие и знакомство. Упражнение «Новое-хорошее». Принятие правил групповой работы.

##### 2. Основная часть (40-50 минут)

Мини-лекция с элементами дискуссии «Что такое раннее развитие? Развенчиваем мифы». Мозговой штурм «Что нужно ребенку для счастья и развития?». Информационный блок «Три кита развития: ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет».

##### 3. Заключительная часть (15-20 минут)

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

#### Ход встречи

##### 1. Вводная часть

**1. Приветствие и знакомство.** Ведущий приветствует собравшихся, представляется и кратко рассказывает о целях «Школы для родителей».

**Упражнение «Знакомство»:** Ведущий предлагает участникам по кругу представиться, назвать имя и возраст своего ребенка и поделиться, чего они ожидают от встреч в группе. Это помогает сразу задать открытый и доверительный тон.

##### 2. Упражнение «Новое-хорошее».

**Цель:** Создать позитивный настрой, научить родителей замечать положительные моменты в повседневной жизни.

**Инструкция:** «По нашей традиции, каждая встреча начинается с упражнения «Новое-хорошее». Давайте поделимся чем-то приятным, что

произошло с вами или вашим малышом за последнее время. Это может быть что-то совсем небольшое: первая улыбка, новый звук, который произнес ребенок, или просто чашка вкусного чая, которую вам удалось выпить в тишине». Ведущий начинает первым, затем передает слово по кругу.

### **3. Принятие правил группы.**

**Цель:** Создать безопасное пространство для общения.

Ведущий предлагает обсудить и принять правила работы группы, записывая их на флипчарте.

*Конфиденциальность* (все, что обсуждается в группе, остается в группе).

*Говорить от своего имени* («Я-высказывания»).

*Уважение к мнению других* (не критикуем, не оцениваем).

*Правило «Стоп»* (каждый может отказаться от выполнения упражнения, если ему некомфортно).

*Активность* (призываем к активному участию в обсуждениях).

## **2. Основная часть**

**1. Мини-лекция с элементами дискуссии «Что такое раннее развитие? Развенчиваем мифы».** Ведущий задает вопрос группе: «Как вы понимаете, что такое "раннее развитие"? С чем у вас ассоциируется это словосочетание?». После ответов родителей ведущий обобщает информацию.

### **Ключевые тезисы:**

Раннее развитие – это не гонка за достижениями (чтение в 2 года, счет до 100 в 3 года). Это создание богатой, безопасной и любящей среды, в которой ребенок может гармонично развиваться в своем собственном темпе.

**Развенчиваем мифы** (можно раздать памятку):

*Миф 1:* «Чем раньше, тем лучше». **Правда:** Важно не опережать развитие, а следовать за интересами и возможностями ребенка. Мозг созревает постепенно.

*Миф 2:* «Нужны дорогие развивающие игрушки и методики». **Правда:** Лучшая развивающая игрушка – это бытовые предметы и общение с близким взрослым. Кастрюли, ложки, крупы и вода могут быть полезнее любого гаджета.

*Миф 3:* «Если ребенок чего-то не умеет в определенном возрасте, он отстаёт». **Правда:** Все дети развиваются индивидуально. Нормы – это лишь средний ориентир, а не жесткий стандарт.

**2. Мозговой штурм «Что нужно ребенку для счастья и развития?».** Ведущий предлагает родителям на флипчарте составить список всего, что, по их мнению, необходимо малышу для полноценного развития. Ведущий записывает все идеи без критики. (Ожидаемые ответы: любовь, еда, сон, безопасность, игры, общение, прогулки и т.д.).

**3. Информационный блок «Три кита развития: ключевые потребности ребенка от 0 до 3 лет».** Ведущий, опираясь на результаты мозгового штурма, систематизирует информацию и представляет ее в виде «пирамиды» или «трех китов».

**Кит 1: Физические потребности и безопасность.** Это фундамент.

**Сон, питание, гигиена:** Без их удовлетворения развитие невозможно.

**Безопасное пространство:** Ребенок должен чувствовать себя защищенным физически (нет острых углов, розеток) и эмоционально (стабильность, предсказуемость, отсутствие криков).

**Движение:** Возможность свободно ползать, ходить, изучать пространство – ключ к развитию мозга.

**Кит 2: Эмоциональные потребности.** Это стены дома.

**Любовь и принятие:** Ребенку важно знать, что его любят таким, какой он есть, а не за достижения.

**Надежная привязанность:** Постоянное присутствие заботливого взрослого, который откликается на потребности малыша, дает ему чувство уверенности в мире. «Я плачу – мама приходит. Мир – безопасное место».

**Кит 3: Познавательные потребности.** Это крыша и окна в мир.

**Новые впечатления:** Ребенку нужны разнообразные сенсорные стимулы (видеть, слышать, трогать, пробовать на вкус).

**Игра:** Это главный способ познания мира для ребенка. В игре он учится всему.

**Общение:** Разговоры, чтение книг, потешки – все это развивает речь и мышление.

Ведущий подчеркивает, что познавательное развитие невозможно без удовлетворения базовых потребностей в безопасности и любви.

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Цель:** Рефлексия полученной информации, закрепление наиболее важных моментов.

**Инструкция:** «Пожалуйста, поделитесь по кругу, что сегодня для вас было самым важным или новым? Какую мысль или идею вы «берете с собой» в свою семью?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Цель:** Развитие навыка наблюдения за ребенком.

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание до следующей встречи – просто наблюдать за своим ребенком. Попробуйте в течение недели записать 3-5 моментов, когда ваш малыш проявил к чему-то искренний интерес. Что это было? Как он это исследовал? Не нужно ничего специально организовывать, просто будьте внимательны к его естественным проявлениям».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения, обучение навыкам самопомощи. (Проводится по тексту, приведенному в документе-образце, под спокойную музыку).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

**Цель:** Позитивное завершение встречи, создание ритуала группы. (Проводится по тексту, приведенному в документе-образце). Ведущий благодарит всех за участие и напоминает о следующей встрече.

**Конспект занятия №2. Тема:** «Привязанность – основа всего. Как построить надежные отношения с малышом».

**Цель:** Повышение компетентности родителей в вопросах теории привязанности и формирование практических навыков для построения надежных, безопасных отношений с ребенком.

**Задачи:** познакомить родителей с понятием «привязанность» и ее ключевой ролью в развитии личности ребенка. Обсудить и развеять распространенные мифы,

связанные с привязанностью (например, «приучить к рукам»). Дать родителям практические инструменты («языки любви») для укрепления эмоциональной связи с малышом. Способствовать снижению родительской тревожности через понимание поведения ребенка. Продолжить формирование поддерживающей атмосферы в группе.

**Материалы и оборудование:** флипчарт или маркерная доска, маркеры, ручки и бумага для каждого участника, распечатанные памятки «5 языков любви для малыша», оборудование для релаксации.

### **План занятия**

#### **1. Вводная часть (20 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

#### **2. Основная часть (50 минут)**

Мини-лекция с элементами дискуссии «Что такое привязанность и почему она так важна?». Практическое упражнение «Языки любви для малыша». Разбор практической ситуации: «Ребенок плачет. Что делать?».

#### **3. Заключительная часть (20 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

### **Ход встречи**

#### **1. Вводная часть**

##### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

**Цель:** Создать позитивный настрой, продолжить традицию группы.

**Инструкция:** Ведущий начинает встречу с традиционного ритуала: «Здравствуйте! Я рада снова видеть вас. Давайте начнем нашу встречу с приятных моментов. Что нового и хорошего произошло у вас за эту неделю?». Участники делятся по кругу.

##### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Цель:** Актуализировать опыт наблюдения за ребенком, создать плавный переход к теме привязанности.

**Инструкция:** «На прошлой неделе вашим заданием было наблюдать за интересами малыша. Кто хотел бы поделиться своими открытиями? Что удивило вас в вашем ребенке?».

**Переход к теме:** После того как несколько родителей поделятся, ведущий обобщает: «Спасибо, что поделились! Смотрите, как интересно: чтобы заметить, что нравится ребенку, нужно быть к нему очень внимательным, смотреть на него с любовью. Именно это внимание и есть первый шаг к построению того, о чем мы сегодня поговорим, – к привязанности. Это та невидимая ниточка, которая связывает вас и вашего малыша».

#### **2. Основная часть**

**1. Мини-лекция с элементами дискуссии «Что такое привязанность и почему она так важна?».** Ведущий задает вопрос группе: «Как вы сами понимаете слово "привязанность"». Выслушивает несколько ответов, записывает ключевые слова на флипчарт (любовь, связь, доверие, безопасность).

**Ключевые тезисы:**

**Привязанность** – это глубокая и прочная эмоциональная связь, которая формируется между ребенком и значимым взрослым (чаще всего мамой) в первый год жизни. Это не просто любовь, это чувство **безопасности**.

**Как она работает?** Ребенок рождается абсолютно беспомощным. Его мозг запрограммирован искать защиту. Когда взрослый стабильно и чутко реагирует на его потребности (плач, голод, дискомфорт), у ребенка формируется базовое доверие к миру: «Мир – безопасное место, мои потребности важны, меня любят».

**«Надежная гавань» и «Безопасная база».** Привязанность дает ребенку два важнейших ощущения. Когда страшно или больно, он бежит к маме как в «надежную гавань». Успокоившись, он снова готов исследовать мир, используя маму как «безопасную базу», от которой можно оттолкнуться и куда всегда можно вернуться.

**Развенчиваем миф: «Не приучай к рукам, избалуешь!».** Ведущий спрашивает, слышали ли родители такую фразу. Обсуждение. **Вывод:** В раннем возрасте невозможно избаловать ребенка вниманием, заботой и телесным контактом. Потребность в близости и безопасности – базовая. Удовлетворяя ее, вы не балуете, а закладываете фундамент его будущей уверенности в себе и самостоятельности.

## **2. Практическое упражнение «Языки любви для малыша».**

**Цель:** Перевести теоретические знания в плоскость конкретных родительских действий.

**Инструкция:** «Привязанность формируется не словами, а действиями. Давайте вместе составим список того, как мы можем "говорить" с малышом на его языке, языке чувств. Я предлагаю назвать это "языками любви для малыша"».

Ведущий рисует на флипчарте 5 лучей от солнца и вместе с группой заполняет их:

**Прикосновения:** *«Как мы можем показать любовь через прикосновения?»* (Носить на руках, обнимать, целовать, делать легкий массаж, поглаживать).

**Отклик на потребности:** *«Что мы делаем, когда малыш плачет или беспокоится?»* (Берем на руки, кормим, меняем подгузник, успокаиваем голосом). Важно: сам факт отклика важнее, чем мгновенное решение проблемы.

**Зрительный контакт:** *«Как мы "разговариваем" глазами?»* (Смотреть в глаза во время кормления, улыбаться, "отзеркаливать" его мимику).

**Голос и речь:** *«Как наш голос помогает малышу?»* (Разговаривать спокойным, ласковым тоном, петь колыбельные, рассказывать потешки, комментировать свои действия: «Сейчас мама наденет тебе носочки»).

**Совместное внимание:** *«Как мы вместе познаем мир?»* (Показывать и называть предметы, смотреть в одну сторону на птичку за окном, вместе рассматривать картинку в книге).

## **3. Разбор практической ситуации: «Ребенок плачет. Что делать?».**

**Цель:** Закрепить понимание важности отклика.

**Инструкция:** «Представьте ситуацию: вы уложили малыша, вышли из комнаты, и он начал плакать. Ваши действия?».

Ведущий модерировать обсуждение, подводя группу к выводу: не существует единственно правильного ответа, но с точки зрения привязанности, **игнорирование плача – худшая стратегия**. Важно подойти, взять на руки, успокоить. Это не манипуляция со стороны ребенка, а его единственный способ сообщить о дискомфорте и позвать на помощь.

### 3. Заключительная часть

#### 1. Обратная связь «Что беру с собой?..»

**Инструкция:** «Наша встреча подходит к концу. Поделитесь, пожалуйста, что самого важного вы сегодня услышали? Какая мысль или идея показалась вам наиболее ценной?».

#### 2. Домашнее задание.

**Цель:** Практическое применение полученных знаний.

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание на следующую неделю – выбрать один из "языков любви", который мы сегодня обсуждали, и постараться осознанно использовать его каждый день. Например, вы решаете, что на этой неделе будете больше петь малышу. Или будете стараться всегда ловить его взгляд и улыбаться. На следующей встрече поделитесь, что у вас получилось и какие были ощущения».

#### 3. Релаксация «Место моей силы».

(Проводится по стандартному тексту под спокойную музыку для снятия напряжения и восстановления ресурса родителей).

#### 4. Прощание «Солнечный лучик».

(Проводится традиционный ритуал прощания для позитивного завершения занятия). Ведущий благодарит всех за открытость и активную работу.

### Конспект занятия №3. Тема: «Держись! Или откуда родителям взять ресурсы? Профилактика выгорания».

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области самопомощи, способах преодоления стресса и профилактики эмоционального выгорания.

**Задачи:** познакомить родителей с понятием «синдром эмоционального выгорания» (СЭВ), его признаками и стадиями. Сформировать понимание важности заботы о себе как необходимого условия для гармоничного развития ребенка (принцип «кислородной маски»). Обучить родителей практическим навыкам поиска и восполнения личных ресурсов на разных уровнях: физическом, эмоциональном, интеллектуальном. Дать простые экспресс-техники для снятия эмоционального напряжения. Способствовать формированию у родителей позитивных установок и навыков совладания со стрессом.

**Материалы и оборудование:** флипчарт или маркерная доска, маркеры, ручки, чек-лист «Забота о себе» по количеству участников (из Приложения к программе), оборудование комнаты психологической разгрузки, релаксационная музыка.

### План занятия

#### 1. Вводная часть (20 минут)

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

#### 2. Основная часть (50 минут)

Мини-лекция «Что такое родительское выгорание и почему это не стыдно?». Упражнение-метафора «Мой кувшин ресурсов». Практикум «Четыре источника силы: где брать энергию?». Экспресс-техника для снятия напряжения «Дыхание по квадрату».

### **3. Заключительная часть (20 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место моей силы». Ритуал прощения «Солнечный лучик».

#### **Ход встречи**

##### **1. Вводная часть**

###### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

**Цель:** Создать позитивный настрой, укрепить ритуал группы.

Ведущий приветствует участников и начинает встречу с традиционного упражнения, предлагая каждому поделиться чем-то хорошим, что произошло за неделю.

###### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Цель:** Актуализировать опыт, создать переход к новой теме.

**Инструкция:** «На прошлой неделе вашим заданием было осознанно использовать один из "языков любви" в общении с малышом. Поделитесь, пожалуйста, что вы выбрали и какие ощущения у вас были? Что-то изменилось в вашем взаимодействии?».

**Переход к теме:** После обсуждения ведущий говорит: «Спасибо, что поделились. Дарить любовь и внимание – это прекрасно, но для этого нужны силы. Иногда кажется, что собственная "батарея" почти на нуле. Сегодня мы поговорим о том, почему так происходит и, самое главное, где и как можно "подзарядиться"».

##### **2. Основная часть**

###### **1. Мини-лекция «Что такое родительское выгорание и почему это не стыдно?».**

**Цель:** Информировать родителей о понятии СЭВ, нормализовать их чувства.

###### **Ключевые тезисы:**

Ведущий задает вопрос: «Бывает ли у вас чувство, что вы устали не просто физически, а как будто закончились все эмоции, и на ребенка уже не хватает ни сил, ни терпения?».

Это состояние называется **синдромом эмоционального выгорания (СЭВ)**. Это не лень и не плохой характер, а состояние эмоционального, умственного и физического истощения.

**Признаки:** постоянная усталость, раздражительность, чувство вины, ощущение «дня сурка», желание, чтобы все оставили в покое, частые болезни.

**Метафора «Кислородная маска в самолете»:** «Вы наверняка знаете правило: сначала наденьте маску на себя, потом на ребенка. Почему? Потому что если взрослый потеряет сознание, он уже не сможет помочь ребенку. В родителстве тот же принцип. Чтобы заботиться о малыше, у вас должны быть силы. Забота о себе – это не эгоизм, а ваша прямая родительская обязанность».

###### **2. Упражнение-метафора «Мой кувшин ресурсов».**

**Цель:** Визуализировать понятие ресурса и его расходования.

**Инструкция:** «Представьте, что у каждого из вас внутри есть кувшин с жизненной энергией. Давайте подумаем, что наполняет ваш кувшин, а что его опустошает?». Ведущий рисует на флипчарте два кувшина. На одном пишет «+», на другом «-».

**Что наполняет кувшин?** (Группа накидывает варианты: сон, вкусная еда, прогулка, хобби, разговор с подругой, объятия, тишина).

**Что опустошает кувшин?** (Недосып, плач ребенка, бытовые дела, тревога за будущее, отсутствие помощи, чувство одиночества).

**Вывод:** Чтобы не остаться с пустым кувшином, нужно не только стараться уменьшить «утечки», но и регулярно его наполнять.

### **3. Практикум «Четыре источника силы: где брать энергию?».**

**Цель:** Дать родителям конкретные и простые инструменты для восполнения ресурсов.

**Инструкция:** «Давайте разберем, где конкретно можно черпать силы. Условно разделим источники на четыре сферы» (основано на материалах программы).

**ТЕЛО (Физический уровень):** Самый базовый. Что мы можем сделать для тела? (Сон, хотя бы на 15 минут дольше; стакан воды утром; 5 минут на балконе со свежим воздухом; простая зарядка).

**ЭМОЦИИ (Психический уровень):** Что вас радует? (Послушать 2-3 любимые песни; посмотреть смешной ролик; позвонить подруге; 10 минут полистать красивый журнал).

**УМ (Ментальный уровень):** Чем можно переключить мозг? (Разгадать кроссворд; прочитать пару страниц интересной книги; спланировать что-то приятное на выходные).

**СМЫСЛЫ (Духовный уровень):** Что дает ощущение осмысленности? (Поблагодарить себя за прожитый день; обнять близкого человека; 5 минут посмотреть на небо или деревья).

Ведущий раздает **чек-лист «Забота о себе»** и предлагает каждому прямо сейчас вписать по одному простому действию в каждую из четырех колонок.

### **4. Экспресс-техника для снятия напряжения «Дыхание по квадрату».**

**Цель:** Обучить простому навыку саморегуляции.

**Инструкция:** «Когда чувствуете, что начинаете "закипать", поможет простое дыхательное упражнение. Оно называется "Дыхание по квадрату". Давайте попробуем вместе. Представьте квадрат.

На 4 счета делаем медленный вдох (ведем линию вверх).

На 4 счета задерживаем дыхание (ведем линию вправо).

На 4 счета делаем медленный выдох (ведем линию вниз).

На 4 счета задерживаем дыхание (ведем линию влево). Повторяем 3-5 раз. Это помогает успокоить нервную систему».

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Поделитесь, пожалуйста, какая мысль или техника сегодняшней встречи показалась вам самой важной и применимой в вашей жизни?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Цель:** Внедрение навыков заботы о себе в повседневную жизнь.

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание – заполнить **чек-лист «Забота о себе»** до конца. И самое главное – постарайтесь в течение недели каждый день делать хотя бы одно, самое маленькое дело из этого списка только для себя. На следующей встрече мы обсудим, что у вас получилось».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится по стандартному тексту под спокойную музыку для глубокого расслабления и восстановления).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Проводится традиционный ритуал прощания). Ведущий благодарит всех за честность и участие, желает сил и хорошей недели.

#### **Конспект занятия №4. Тема: «Стрессоустойчивость родителей, забота о себе. Как надеть кислородную маску сначала на себя».**

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области самопомощи, освоение практических навыков преодоления стресса и профилактики эмоционального выгорания.

**Задачи:** сформировать у родителей понимание природы хронического стресса и его влияния на физическое и эмоциональное состояние. Помочь участникам осознать и вербализовать собственные источники стресса и ресурсы для восстановления. Обучить простым и быстрым техникам саморегуляции, которые можно применять в повседневной жизни. Снизить чувство вины, связанное с необходимостью заботиться о себе, и сформировать установку на то, что забота о себе – это необходимость, а не эгоизм. Укрепить в группе атмосферу взаимной поддержки и принятия.

#### **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

Бумага формата А4 и ручки для каждого участника.

Небольшие карточки для упражнения «Мой ресурс».

Оборудование для релаксации (коврики, пледы, спокойная музыка).

#### **План занятия**

##### **1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

##### **2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Почему я так устал(а)? Стаканчик нашего терпения». Упражнение «Мои "дыры" и мои "источники"». Практикум «"Скорая помощь" для себя: техники на 1-3 минуты». Дискуссия «Разрешение на отдых: почему заботиться о себе не стыдно».

##### **3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место моей силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

#### **Ход встречи**

##### **1. Вводная часть**

##### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий проводит традиционный ритуал, создавая доверительную атмосферу.

##### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой встрече мы говорили об особенностях воспитания и изменениях в семье. Вашим заданием было понаблюдать за одной сложной ситуацией в течение недели и отметить свои чувства в этот момент. Кто хотел бы поделиться своими наблюдениями?».

**Переход к теме:** «Спасибо, что делитесь. Многие из вас упомянули усталость, раздражение, тревогу. Это нормальные реакции на постоянное напряжение. Сегодня мы поговорим о том, откуда берется это напряжение, что такое стресс родителя "особого" ребенка, и, самое главное, как мы можем помочь себе, чтобы у нас оставались силы помогать нашим детям. Вспомните правило в самолете: "Сначала наденьте кислородную маску на себя, потом — на ребенка". Сегодня мы будем учиться надевать эту маску».

## **2. Основная часть**

### **1. Мини-лекция «Почему я так устал(а)? Стаканчик нашего терпения».**

**Цель:** Дать простое и наглядное объяснение механизма хронического стресса.

#### **Ключевые тезисы:**

Представьте, что у каждого из нас есть внутренний "стаканчик терпения". Каждое переживание, каждая трудность, каждая бессонная ночь – это капля, которая падает в этот стаканчик.

У родителей детей с особенностями развития этот стаканчик наполняется гораздо быстрее: походы по врачам, тревога за будущее, непонимание окружающих, ежедневные бытовые сложности.

Когда стаканчик переполняется, происходит "взрыв": срыв на ребенка, слезы, апатия, ощущение полного бессилия. Это не потому, что вы "плохой родитель", а потому, что ваш ресурс исчерпан.

Наша задача – не пытаться сделать стаканчик безразмерным, а научиться вовремя его опустошать, не дожидаясь, пока он переполнится.

### **2. Упражнение «Мои "дыры" и мои "источники"».**

**Цель:** Помочь родителям провести инвентаризацию того, что отнимает и что придает им силы.

**Инструкция:** «Возьмите лист бумаги и разделите его на две колонки. В левой колонке, "Дыры", напишите все, что забирает ваши силы и энергию. Будьте честны с собой. Это могут быть люди, дела, мысли. В правой колонке, "Источники", напишите все, что вас наполняет, даже самые маленькие радости».

Родители работают индивидуально 5-7 минут.

**Обсуждение:** «Посмотрите на свои списки. Есть ли что-то в левой колонке, что можно сократить или делегировать? А что из правой колонки вы можете сделать для себя уже сегодня или завтра?».

### **3. Практикум «"Скорая помощь" для себя: техники на 1-3 минуты».**

**Цель:** Дать родителям простые инструменты для быстрой саморегуляции.

**Инструкция:** «У нас не всегда есть час на отдых, но у нас почти всегда есть одна минута. Давайте освоим несколько техник, которые помогут "опустошить стаканчик" прямо в моменте».

**Дыхание по квадрату:** «Сядьте ровно. Представьте перед собой квадрат. Делаем вдох на 4 счета (ведем глазами по верхней грани квадрата). Задерживаем дыхание на 4 счета (ведем глазами вниз по правой грани). Делаем выдох на 4 счета (ведем глазами по нижней грани). Задерживаем дыхание на 4 счета (ведем глазами вверх по левой грани). Повторяем 3-4 раза».

**Техника заземления "5-4-3-2-1":** «Когда чувствуете, что вас захлестывают эмоции, остановитесь и мысленно назовите: 5 вещей, которые вы видите прямо сейчас. 4 предмета, которые вы можете потрогать. 3 звука, которые вы слышите. 2

запаха, которые вы ощущаете. 1 вкус, который вы чувствуете во рту. Это помогает вернуться в "здесь и сейчас"».

**"Лимон":** «Сильно-сильно сожмите кулаки, как будто выжимаете сок из двух лимонов. Почувствуйте напряжение в кистях и предплечьях. Держите 5-7 секунд. А теперь резко расслабьте руки, "бросьте лимоны". Почувствуйте, как уходит напряжение. Повторите 2-3 раза».

**4. Дискуссия «Разрешение на отдых: почему заботиться о себе не стыдно».**

**Цель:** Проработать внутренние установки, мешающие заботе о себе.

**Вопросы для группы:** «Какая мысль или какой голос внутри мешает вам отдохнуть, когда вы устали? ("Я должна...", "А как же ребенок?", "Хорошие матери так не делают"). Чей это голос? Что бы вы ответили этому голосу сейчас, после нашего разговора?».

**Вывод:** Забота о себе – это не эгоизм, а ответственность. Ответственность за то, чтобы у вашего ребенка была спокойная, стабильная и ресурсная мама (или папа).

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Наша встреча подходит к концу. Поделитесь, пожалуйста, какую одну мысль или одну технику "скорой помощи" вы забираете с собой?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание – составить свой собственный "ресурсный список" из 10 простых дел, которые вас радуют и занимают не больше 15 минут (выпить чашку какао, послушать любимую песню, 5 минут посидеть в тишине). Повесьте этот список на видное место. Постарайтесь на этой неделе сделать хотя бы 3 пункта из этого списка».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для закрепления состояния покоя и восстановления).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, который помогает участникам почувствовать тепло и поддержку друг от друга перед возвращением к повседневным делам).

## **Конспект занятия №5. Тема: «Мир на кончиках пальцев. Сенсорное развитие ребёнка в домашних условиях».**

**Цель:** Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах сенсорного развития детей раннего возраста и освоение практических навыков создания развивающих материалов в домашних условиях.

**Задачи:** раскрыть понятие «сенсорное развитие» и его значение для речи, мышления и моторики ребенка. Провести мастер-класс по созданию простых и эффективных сенсорных игрушек из подручных материалов. Научить родителей наблюдать за игрой ребенка, понимать его реакции и адаптировать задания. Дать практические идеи для сенсорных игр, направленных на развитие осязания, слуха,

зрения и обоняния. Способствовать снижению родительской тревоги по поводу «правильного» развития, смещая фокус на радость от совместной игры.

**Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры, буклет (приложение 3.1.)

**Для мастер-класса (на каждого участника или на мини-группу):**

Небольшие пластиковые бутылочки или контейнеры от киндер-сюрпризов.

Различные наполнители: рис, гречка, фасоль, макароны, бусины, скрепки.

Лоскутки ткани разной фактуры (флис, мех, шелк, джинса, вельвет).

Нитки, иголки (или клей-пистолет для ведущего).

Соль, мука, растительное масло, вода для соленого теста.

Маленькие баночки с крышками (например, от детского пюре), ватные диски, несколько пахучих веществ (корица, ванилин, кофе, цедра лимона).

Оборудование для релаксации.

**План занятия**

**1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

**2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Почему важно трогать, нюхать и слушать?». **Мастер-класс «Сенсорная мастерская»:** Упражнение 1: Создание «шумелок» (развитие слуха). Упражнение 2: Создание «тактильных мешочков» (развитие осязания). Упражнение 3: Создание «баночек с запахами» (развитие обоняния). Дискуссия «Как играть и наблюдать? Анализ реакций ребенка».

**3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

**Ход встречи**

**1. Вводная часть**

**1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий приветствует группу и проводит традиционный ритуал, предлагая поделиться позитивными моментами прошедшей недели.

**2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе мы договорились каждый день делать что-то для себя из нашего чек-листа. Расскажите, удалось ли вам найти время для себя? Что это было? Как вы себя почувствовали после этого?».

**Переход к теме:** «Когда мы наполнены, у нас появляются силы и желание творить. Сегодня мы с вами будем настоящими волшебниками и создадим удивительные развивающие игрушки для наших малышей из самых простых вещей. Мы поговорим о том, как ребенок познает мир через свои ощущения, и как мы можем ему в этом помочь».

**2. Основная часть**

**1. Мини-лекция «Почему важно трогать, нюхать и слушать?».**

**Цель:** Дать простое и понятное объяснение важности сенсорного развития.

**Ключевые тезисы:**

Мозг ребенка в раннем возрасте похож на губку. Он впитывает информацию об окружающем мире через пять основных каналов: зрение, слух, осязание, вкус и обоняние.

Чем больше разнообразных ощущений получает ребенок, тем больше нейронных связей образуется в его мозге. Это прямой путь к развитию речи (ведь нужно как-то назвать то, что ты почувствовал), мышления и координации.

Сенсорные игры – это не про дорогие игрушки. Это про опыт. Шуршащий пакет, теплая вода в ванной, запах свежего хлеба, шершавая кора дерева – все это мощные стимулы для развития.

**2. Мастер-класс «Сенсорная мастерская».** Ведущий приглашает родителей за столы с подготовленными материалами.

**Упражнение 1: Создание «шумелок» (развитие слуха).**

**Инструкция:** «Возьмите пустые бутылочки или контейнеры. Давайте наполним их разными материалами: в одну насыплем немного риса, в другую – фасоль, в третью – положим несколько скрепок. Плотно закройте крышки. А теперь потрясите! Слышите, какие разные звуки?».

**Как играть с ребенком:**

Вместе трясти и слушать.

Искать одинаково звучащие бутылочки (если сделать пары).

Использовать как музыкальные инструменты, сопровождая детские песенки.

Учить понятия «тихо» и «громко».

**Упражнение 2: Создание «тактильных мешочков» (развитие осязания).**

**Инструкция:** «Теперь поработаем с тканью. У нас есть разные лоскутки. Давайте сошьем (или склеим) небольшие мешочки и наполним их теми же крупами, что и шумелки. Важно, чтобы наполнитель хорошо прощупывался через ткань».

**Как играть с ребенком:**

Просто давать мять в ручках, развивая мелкую моторику.

Предлагать найти на ощупь мешочек с гречкой, рисом и т.д.

Ходить по мешочкам босыми ножками (отличный массаж стоп).

Использовать слова для описания ощущений: «этот гладкий», «этот колючий», «этот мягкий».

**Упражнение 3: Создание «баночек с запахами» (развитие обоняния).**

**Инструкция:** «Обоняние – очень важное, но часто забываемое чувство. Возьмем ватные диски и баночки. На один диск капнем ваниль, на другой насыплем корицу, в третью баночку положим корочку лимона. Закроем крышками».

**Как играть с ребенком:**

Открывать по одной баночке и давать понюхать.

Наблюдать за реакцией малыша.

Называть запах: «Пахнет лимоном! Кисленько!».

Связывать запах с предметом (нюхаем баночку с кофе, потом показываем зерна).

**3. Дискуссия «Как играть и наблюдать? Анализ реакций ребенка».**

**Цель:** Научить родителей быть чуткими проводниками в игре, а не контролерами.

**Вопросы для обсуждения:**

Что делать, если ребенок не хочет играть в предложенную игру? (Ответ: не настаивать, убрать и предложить позже. Следовать за его интересом).

Что делать, если ребенок тянет все в рот? (Ответ: это нормальный этап познания мира. Наша задача – сделать материалы безопасными и быть рядом).

На что обращать внимание? (Что ребенку нравится больше всего? Каких ощущений он избегает? Как долго он может концентрироваться?).

**Главный вывод:** В сенсорной игре нет «правильно» или «неправильно». Главное – это процесс исследования и те эмоции, которые получает ребенок. Ваша задача – обеспечить безопасность и быть рядом, чтобы разделить его восторг.

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Наша мастерская закрывается. Посмотрите на то, что вы сделали своими руками. Поделитесь, какая идея сегодня вам понравилась больше всего? Что вы обязательно попробуете сделать с малышом дома?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание – провести одну сенсорную игру с ребенком на этой неделе. Это может быть игра с созданными сегодня материалами или что-то новое (например, игры с водой в ванной или рисование пальчиковыми красками). Понаблюдайте за реакцией ребенка и будьте готовы поделиться на следующей встрече».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится по стандартному тексту для расслабления и эмоциональной перезагрузки).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал прощания, который помогает завершить встречу на теплой и позитивной ноте).

## **Конспект занятия №6. Тема: «Движение – это жизнь. Развитие крупной и мелкой моторики».**

**Цель:** Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического развития ребенка, освоение практических игровых упражнений для развития крупной и мелкой моторики в домашних условиях.

**Задачи:** объяснить родителям взаимосвязь двигательной активности с развитием речи и интеллекта ребенка. Показать разницу между крупной и мелкой моторикой и важность гармоничного развития обеих. Провести практикум с игровыми упражнениями для развития крупной моторики (координация, равновесие, сила). Провести практикум с игровыми упражнениями для развития мелкой моторики (ловкость пальцев, подготовка руки к письму). Научить родителей использовать подручные материалы для создания развивающей двигательной среды дома.

#### **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

**Для крупной моторики:** несколько диванных подушек, лента или веревка, мяч среднего размера.

**Для мелкой моторики:** поднос с бортиками, манная крупа или песок, миска, ложка, крупные макароны и фасоль (смешанные в одной емкости), бельевые прищепки, картонные круги/силуэты (например, солнышко без лучей, ежик без иголок).

Оборудование для релаксации.

## План занятия

### 1. Вводная часть (15 минут)

Упражнение «Новое-хорошее».

Обсуждение домашнего задания.

### 2. Основная часть (60 минут)

Мини-лекция «Движение = Развитие мозга».

Практикум «Большие движения – большие достижения» (развитие крупной моторики).

Практикум «Волшебные пальчики» (развитие мелкой моторики).

Обсуждение: «Безопасность и свобода движения: как найти баланс?».

### 3. Заключительная часть (15 минут)

Обратная связь «Что беру с собой...».

Домашнее задание.

Релаксационное упражнение «Место силы».

Ритуал прощания «Солнечный лучик».

## Ход встречи

### 1. Вводная часть

#### 1. Упражнение «Новое-хорошее».

Ведущий приветствует группу и проводит традиционный ритуал обмена позитивными событиями за неделю.

#### 2. Обсуждение домашнего задания.

**Инструкция:** «На прошлой неделе вашим заданием было провести с ребенком сенсорную игру. Расскажите, что вы пробовали? Как реагировал малыш? Что ему понравилось больше всего?».

**Переход к теме:** «Спасибо, что поделились! Вы заметили, что, изучая мир на ощупь или на запах, ребенок постоянно двигается: тянется, хватает, перебирает пальчиками. Движение и познание неразделимы. Сегодня мы поговорим о том, как помочь нашему малышу лучше владеть своим телом, от уверенных шагов до ловких пальчиков».

### 2. Основная часть

#### 1. Мини-лекция «Движение = Развитие мозга».

**Цель:** Показать родителям, что физическая активность – это не просто «выпустить пар», а важнейший элемент интеллектуального развития.

#### **Ключевые тезисы:**

**Крупная моторика** – это работа больших мышц: ходьба, бег, прыжки, ползание. Она отвечает за координацию, чувство равновесия, ощущение своего тела в пространстве. Это фундамент уверенности ребенка.

**Мелкая моторика** – это точные движения кистей и пальцев рук. Центры мозга, отвечающие за речь и движения пальцев, находятся очень близко. Поэтому, развивая пальчики, мы напрямую стимулируем речевое развитие. Не зря говорят: «Речь ребенка – на кончиках его пальцев».

Наша задача – не заставлять, а предлагать интересные игры, в которых ребенок будет с удовольствием двигаться.

**2. Практикум «Большие движения – большие достижения» (развитие крупной моторики).** Ведущий предлагает родителям немного подвигаться и попробовать игры, которые легко организовать дома.

### **Упражнение 1: «Полоса препятствий».**

**Описание:** Разложите на полу диванные подушки на небольшом расстоянии друг от друга.

**Как играть:** Предложите ребенку «перебраться через горы» (перелезть через подушки), «проползти через пещеру» (под стулом или столом), «пройти по узкому мостику» (по ленте, расстеленной на полу).

**Что развивает:** Координацию, равновесие, умение ориентироваться в пространстве, силу мышц.

### **Упражнение 2: «Забавные походки».**

**Описание:** Попросите ребенка показать, как ходят разные животные.

**Как играть:** «А давай походим, как мишка?» (переваливаясь, на внешней стороне стопы). «А как зайчик?» (прыгая на двух ногах). «А как цапля?» (высоко поднимая колени). «А теперь поползем, как гусеница!».

**Что развивает:** Воображение, координацию, умение управлять своим телом.

### **Упражнение 3: «Мой веселый, звонкий мяч».**

**Описание:** Игра с мячом.

**Как играть:** Сядьте на пол друг напротив друга и катайте мяч. Затем попробуйте его бросать и ловить. Можно пинать мяч ногами, стараясь закатить в «ворота» (например, между ножек стула).

**Что развивает:** Зрительно-моторную координацию, ловкость, умение рассчитывать силу.

## **3. Практикум «Волшебные пальчики» (развитие мелкой моторики).**

Родители переходят за столы с подготовленными материалами.

### **Упражнение 1: «Рисуем на манке».**

**Описание:** На поднос насыпается тонкий слой манной крупы.

**Как играть:** Покажите ребенку, как можно рисовать пальчиком дорожки, круги, солнышко. Можно прятать в крупе мелкие игрушки и искать их. Можно пересыпать крупу ложкой из миски на поднос и обратно.

**Что развивает:** Тактильную чувствительность, мелкую моторику, творческое мышление.

### **Упражнение 2: «Золушка».**

**Описание:** В миске смешаны крупные макароны и фасоль.

**Как играть:** Предложите ребенку помочь вам «навести порядок» и разложить в разные кучки или баночки фасоль и макароны.

**Что развивает:** Пинцетный захват (захват двумя пальчиками), внимание, усидчивость.

### **Упражнение 3: «Веселые прищепки».**

**Описание:** Родителям раздаются бельевые прищепки и картонные заготовки (желтый круг, силуэт ежика).

**Как играть:** Покажите ребенку, как прикреплять прищепки к краю картона, делая «лучики» солнышку или «иголочки» ежику. Можно просить прикреплять прищепки определенного цвета.

**Что развивает:** Силу пальцев, координацию движений, подготовку руки к удержанию ручки.

## **4. Обсуждение: «Безопасность и свобода движения: как найти баланс?».**

**Вопросы для группы:** «Часто мы говорим детям: "Не бегай!", "Не лезь!", "Упадешь!". Как вы думаете, почему мы это делаем? Как дать ребенку свободу для движения, но при этом обеспечить его безопасность?».

**Вывод:** Важно создать **безопасное пространство** (убрать острые углы, опасные предметы), а затем позволить ребенку исследовать его. Наша роль – быть рядом, страховать, но не запрещать движение.

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Наша встреча была очень активной. Поделитесь, пожалуйста, какая игра или идея вам сегодня особенно понравилась и кажется легко выполнимой дома?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Выберите одно упражнение для крупной моторики и одно для мелкой. Поиграйте с ребенком в эти игры в течение недели хотя бы 2-3 раза. Не стремитесь к "правильному" выполнению, просто получайте удовольствие от совместного движения. На следующей встрече поделитесь своими наблюдениями».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для восстановления сил и эмоционального равновесия родителей).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, завершающий встречу на позитивной и теплой ноте).

**Конспект занятия №7. Тема:** «Эмоциональный интеллект. Учим понимать и принимать чувства ребенка».

**Цель:** Повышение родительской компетентности в вопросах эмоционального развития ребенка, освоение практических навыков распознавания, принятия и адекватного реагирования на детские эмоции.

**Задачи:** познакомить родителей с понятием «эмоциональный интеллект» и его важностью для социальной адаптации и психического здоровья ребенка. Научить родителей распознавать и называть чувства ребенка, тем самым помогая ему самому их осознавать. Освоить алгоритм «контейнирования» — безопасного проживания сильных эмоций. Отработать полученные навыки через разбор типичных ситуаций (кейсов) и ролевые игры. Способствовать развитию эмпатии и снижению количества конфликтов в детско-родительских отношениях.

#### **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры, буклет (приложение 3.2.).

Карточки с изображением эмоций (смайлики: радость, грусть, злость, страх, удивление, обида).

Распечатанные карточки с кейсами (ситуациями) для разбора в группах.

Бумага и ручки для участников.

Оборудование для релаксации.

### **План занятия**

#### **1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

#### **2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Что такое чувства и зачем они нужны?». Упражнение «Словарь чувств». Практикум: Алгоритм «Контейнирования» эмоций. Работа в группах: Разбор кейсов. Ролевая игра «Я тебя слышу».

### **3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

## **Ход встречи**

### **1. Вводная часть**

#### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий проводит традиционный ритуал приветствия и обмена позитивными новостями.

#### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе мы играли в двигательные игры. Расскажите, что вы попробовали? Какая игра – на крупную или мелкую моторику – больше понравилась вашему ребенку? Что вы заметили в процессе?».

**Переход к теме:** «Спасибо! Движение – это один из способов, которым дети выражают свои эмоции: они прыгают от радости, топают ногами от злости, сжимаются от страха. Сегодня мы поговорим о том, что происходит у них внутри. О мире чувств и эмоций, и о том, как стать для ребенка мудрым проводником в этом мире».

### **2. Основная часть**

#### **1. Мини-лекция «Что такое чувства и зачем они нужны?».**

**Цель:** Сформировать у родителей позитивное отношение ко всем эмоциям.

**Ключевые тезисы:**

**Эмоциональный интеллект** – это способность понимать свои и чужие чувства и управлять ими. Это не про подавление эмоций, а про умение с ними дружить.

**Нет «плохих» чувств.** Любое чувство (злость, страх, грусть) – это сигнал. Злость говорит: «Мои границы нарушены!». Страх: «Мне угрожает опасность!». Грусть: «Я что-то потерял». Наша задача – не запрещать чувства («Не плачь!», «Не злись!»), а научить ребенка понимать эти сигналы и правильно на них реагировать.

Запрещая чувства, мы учим ребенка не доверять себе. Принимая их, мы говорим: «С тобой все в порядке. Я помогу тебе с этим справиться».

#### **2. Упражнение «Словарь чувств».**

**Цель:** Расширить эмоциональный словарь родителей и дать инструмент для работы с детьми.

**Инструкция:** «Давайте вместе назовем все чувства, которые вы знаете». Ведущий записывает ответы на флипчарт. Затем показывает карточки-смайлики. «Для маленьких детей самый простой способ понять эмоцию – увидеть ее. Эти карточки можно использовать дома: "Покажи, какой смайлик сейчас похож на тебя?"».

**3. Практикум: алгоритм «Контейнирования» эмоций** (приложение 2 Буклет «Контейнирования»: как стать для ребенка надежным «контейнером» для его эмоций).

**Цель:** Дать родителям пошаговую инструкцию для реакции на сильные эмоции ребенка.

**Инструкция:** «"Контейнирование" – это когда взрослый, как надежный контейнер, помогает ребенку пережить сильное чувство, которое его переполняет. Алгоритм простой, давайте запишем».

**Заметить и Присоединиться:** Подойдите к ребенку, присядьте на его уровень. «Я вижу, что-то случилось».

**Назвать чувство:** «Ты, кажется, очень злишься (расстроен, обижен)». Это самый важный шаг! Называя чувство, мы делаем его понятным и менее страшным.

**Принять и Валидировать:** Показать, что вы понимаете причину. «Я понимаю, ты злишься, потому что мы уходим с площадки, а ты хотел еще поиграть. Это и правда обидно».

**Установить границу (если нужно):** Разделить чувство и поведение. «Злиться – можно. Но бить маму (кидать игрушки) – нельзя».

**Предложить альтернативу:** «Ты можешь потопать ногами вот так (показываем), или порычать, как тигр, чтобы злость вышла».

#### **4. Работа в группах: Разбор кейсов.**

Родители делятся на 2-3 группы. Каждая группа получает карточку с ситуацией и обсуждает, как бы они действовали, используя алгоритм контейнирования.

**Кейс 1:** Ребенок строил башню из кубиков, она упала. Он кричит и разбрасывает оставшиеся кубики.

**Кейс 2:** В гости пришли родственники. Ребенок прячется за маму и отказывается здороваться, начинает плакать.

**Кейс 3:** Ребенок не хочет делиться своей игрушкой с другим малышом на площадке и вырывает ее с криком «Моё!».

После обсуждения каждая группа представляет свой вариант решения.

#### **5. Ролевая игра «Я тебя слышу».**

**Цель:** Закрепить навык на практике.

**Инструкция:** «А теперь давайте попробуем. Кто-то один будет «ребенком» из одного из наших кейсов, а второй – «родителем», который попробует применить наш алгоритм».

Ведущий помогает, подсказывает, дает обратную связь. Важно создать безопасную и поддерживающую атмосферу.

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Сегодня мы говорили о сложных, но очень важных вещах. Что было для вас самым главным открытием? Какая мысль или техника вам кажется наиболее полезной?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание на эту неделю – стать "детективом чувств". Попробуйте хотя бы раз в день не просто отреагировать на поведение ребенка, а остановиться и попытаться угадать и назвать его чувство: "Ты сейчас радуешься?", "Ты расстроился из-за этого?". Не бойтесь ошибиться, главное – ваше внимание к его внутреннему миру».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для снятия эмоционального напряжения и восстановления ресурса).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, который помогает завершить встречу на теплой, объединяющей ноте).

**Конспект занятия №8. Тема:** «Игра – это серьезно! Как играть с ребенком, чтобы это было полезно».

**Цель:** Повышение родительской компетентности в вопросах организации развивающей игровой деятельности, освоение принципов партнерской игры, направленной на развитие ребенка.

**Задачи:** сформировать у родителей понимание игры как ведущей деятельности ребенка и основного инструмента для его развития и познания мира. Научить родителей видеть развивающий потенциал в простых бытовых предметах и повседневных ситуациях. Освоить позицию «играющего партнера», научиться следовать за инициативой ребенка, а не руководить игрой. Дать практические примеры игр, которые не требуют специальной подготовки и дорогих игрушек. Способствовать укреплению детско-родительских отношений через совместную игровую деятельность.

**Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры, буклет (приложение 3.3.).

Набор простых бытовых предметов для практикума: картонная коробка, несколько пластиковых стаканчиков, кастрюля с крышкой, большой платок или шарф, прищепки, ложки.

Бумага и ручки для участников.

Оборудование для релаксации.

**План занятия**

**1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

**2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Почему игра – это не просто развлечение?». Упражнение-мозговой штурм «Во что превращается коробка?». Практикум «Три роли родителя в игре: Наблюдатель, Партнер, Инициатор». Ролевая игра «Следуй за мной». Обсуждение «Как понять, что игра полезна?».

**3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

**Ход встречи**

**1. Вводная часть**

**1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий проводит традиционный ритуал, создавая позитивную и доверительную атмосферу в группе.

**2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе мы учились быть "детективами чувств". Поделитесь, пожалуйста, удалось ли вам понаблюдать за эмоциями ребенка и назвать их? Что вы заметили? Было ли это сложно?».

**Переход к теме:** «Спасибо за вашу наблюдательность. Вы наверняка заметили, что лучше всего чувства ребенка проявляются в игре. Игра – это его естественный язык. Сегодня мы поговорим о том, как научиться понимать этот язык и как сделать совместную игру по-настоящему полезной и радостной для вас обоих».

## **2. Основная часть**

### **1. Мини-лекция «Почему игра – это не просто развлечение?».**

**Цель:** Изменить взгляд родителей на игру с «пустой траты времени» на «важнейшую работу ребенка».

**Ключевые тезисы:**

Для ребенка игра – это то же самое, что для нас работа, учеба и общение с друзьями вместе взятые. В игре он «проживает» и осмысляет все, что с ним происходит.

**Что развивает игра?** Всё! Речь (когда мы комментируем действия), мышление (когда ищем решение игровой задачи), моторику, социальные навыки (умение договариваться, ждать своей очереди), воображение.

**Главный секрет полезной игры:** она должна приносить удовольствие. Если ребенок играет из-под палки, потому что «так надо для развития», вся польза теряется. Наша цель – не научить, а увлечь.

### **2. Упражнение-мозговой штурм «Во что превращается коробка?».**

**Цель:** Показать, что для игры не нужны дорогие игрушки, а нужно воображение.

**Инструкция:** Ведущий ставит в центр круга обычную картонную коробку. «Давайте представим, что мы – дети. Во что может превратиться эта коробка? Чем она может стать в игре?».

Родители накидывают идеи (домик, машина, кровать для куклы, барабан, космический корабль, пещера, шляпа). Ведущий записывает все на флипчарт.

**Вывод:** Самая лучшая игрушка – та, которая не имеет четкой функции и может стать чем угодно. Ценность не в самой игрушке, а в том, что ребенок с ней делает.

### **3. Практикум «Три роли родителя в игре: Наблюдатель, Партнер, Инициатор».**

**Цель:** Дать родителям простую и понятную модель для взаимодействия с ребенком в игре.

Ведущий рисует на флипчарте три круга и описывает каждую роль:

**Наблюдатель:** Самая важная и самая сложная роль. Просто быть рядом и смотреть, во что и как играет ребенок. Не вмешиваться, не давать советов. Это позволяет понять интересы ребенка.

**Партнер (Комментатор):** Когда вы поняли, во что играет ребенок, можно аккуратно присоединиться. Лучший способ – комментировать его действия: «О, ты строишь высокую башню!», «Машинка поехала быстро-быстро!». Вы не руководите, а озвучиваете то, что происходит. Это очень стимулирует речь.

**Инициатор:** Эту роль мы включаем, когда ребенок скучает или не знает, чем заняться. Мы можем предложить идею: «А давай построим для мишки гараж?». Но если ребенок не поддержал идею – мы спокойно отступаем и возвращаемся в роль Наблюдателя.

### **4. Ролевая игра «Следуй за мной».**

**Цель:** Отработать на практике роль Партнера и Наблюдателя.

**Инструкция:** Родители делятся на пары. Один – «ребенок», второй – «родитель». «Ребенок» берет любые предметы со стола (стаканчики, ложки, платок) и начинает молча с ними что-то делать. Задача «родителя» – 2 минуты просто наблюдать, а затем попробовать присоединиться к игре, комментируя действия «ребенка» или аккуратно повторяя их. Затем пары меняются ролями.

**Обсуждение:** «Что чувствовали "родители"? Трудно ли было не брать инициативу на себя? Что чувствовали "дети", когда родитель присоединялся к их игре, не нарушая ее?».

### **5. Обсуждение «Как понять, что игра полезна?».**

**Цель:** Снять у родителей тревогу по поводу «результатов» игры.

**Вопрос группе:** «Какие признаки говорят о том, что игра идет "правильно" и приносит пользу?».

### **Вывод (ведущий подводит итог на флипчарте):**

Ребенок увлечен, его глаза горят.

Он сосредоточен на процессе.

Он проявляет инициативу.

Он улыбается и получает удовольствие.

Он повторяет одно и то же действие много раз (так он закрепляет навык!).

**Главный критерий – радость ребенка и ваша общая радость от процесса.**

## **3. Заключительная часть**

### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Наша сегодняшняя игра подходит к концу. Поделитесь, какая идея об игре стала для вас сегодня самой важной или неожиданной?».

### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание – на этой неделе выделить 10-15 минут и поиграть с ребенком в роли «Наблюдателя» и «Партнера». Не предлагайте свою игру, а присоединитесь к тому, что делает он. Попробуйте просто комментировать его действия. Отметьте для себя, что из этого получится».

### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для эмоциональной разгрузки и восстановления).

### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, завершающий встречу на теплой и позитивной ноте).

**Конспект занятия №9. Тема:** «Социальное взаимодействие. От игры рядом к игре вместе: как помочь ребенку общаться со сверстниками».

**Цель:** Повышение родительской компетентности в вопросах развития социальных навыков у ребенка с ОВЗ и/или инвалидностью.

**Задачи:** познакомить родителей с этапами развития социальной игры у детей. Научить родителей видеть и понимать трудности ребенка в общении, связанные с его особенностями. Дать практические инструменты для поддержки ребенка в ситуациях взаимодействия со сверстниками (на детской площадке, в гостях). Отработать в безопасной обстановке приемы «социального тренера» для своего ребенка. Обсудить и снизить родительские страхи, связанные с социализацией ребенка.

**Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

Бумага и ручки для каждого участника.

Набор карточек с изображением различных детских взаимодействий (дети играют рядом, ссорятся из-за игрушки, играют вместе, один ребенок стоит в стороне).

Оборудование для релаксации.

### План занятия

#### 1. Вводная часть (15 минут)

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

#### 2. Основная часть (60 минут)

Мини-лекция «Почему ему так сложно? Этапы развития игры». Упражнение «Читаем социальные сигналы». Практикум «Родитель как "социальный тренер": сценарии для песочницы». Дискуссия «Мои страхи перед детской площадкой».

#### 3. Заключительная часть (15 минут)

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место моей силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

### Ход встречи

#### 1. Вводная часть

##### 1. Упражнение «Новое-хорошее».

Ведущий начинает традиционный ритуал, предлагая каждому участнику поделиться позитивным событием, которое произошло за неделю.

##### 2. Обсуждение домашнего задания.

**Инструкция:** «На прошлой неделе мы говорили о нейроиграх. Поделитесь, пожалуйста, удалось ли вам попробовать какое-нибудь упражнение с ребенком? Что вы заметили? Какие были трудности или, наоборот, успехи?».

**Переход к теме:** «Спасибо! Мы видим, как важно развивать внутренние связи в мозге ребенка. А сегодня мы поговорим о внешних связях – о том, как помочь ему строить мостики к другим детям. Для многих из нас детская площадка или день рождения – это поле для тревоги, а не для радости. Давайте разберемся, как мы можем помочь нашим детям и себе в этих ситуациях».

##### 2. Основная часть

##### 1. Мини-лекция «Почему ему так сложно? Этапы развития игры».

**Цель:** Дать родителям понимание, что социальные навыки развиваются постепенно, и это нормально.

##### Ключевые тезисы (на флипчарте):

**Одиночная игра:** Ребенок играет один, не обращая внимания на других. Это нормальный этап.

**Параллельная игра:** Ребенок играет РЯДОМ с другими детьми, может использовать те же игрушки, но НЕ ВМЕСТЕ с ними. Это очень важный этап! Он учится находиться в обществе.

**Ассоциативная игра:** Дети начинают взаимодействовать, обмениваться игрушками, но общей цели у игры нет.

**Совместная игра:** Дети договариваются, распределяют роли, играют вместе для достижения общей цели (строят замок, играют в "семью").

У детей с особенностями развития эти этапы могут быть растянуты во времени или выглядеть иначе. Наша задача – не торопить, а поддерживать на том этапе, где ребенок находится сейчас.

## **2. Упражнение «Читаем социальные сигналы».**

**Цель:** Развить у родителей наблюдательность и умение интерпретировать поведение детей.

**Инструкция:** Ведущий показывает группе карточки с разными социальными ситуациями. «Давайте посмотрим на эту картинку. Что здесь происходит? Что, по-вашему, чувствует этот ребенок? А этот? Какие могут быть варианты развития событий?».

Группа обсуждает несколько ситуаций. Ведущий подводит к мысли, что наши дети могут не считывать невербальные сигналы (мимику, позу) или считывать их неверно, и им нужна наша помощь, чтобы понять, что происходит.

## **3. Практикум «Родитель как "социальный тренер": сценарии для песочницы».**

**Цель:** Дать родителям конкретные речевые формулы и модели поведения.

**Инструкция:** «Часто мы либо не вмешиваемся совсем ("пусть сами разбираются"), либо решаем все за ребенка ("Отдай машинку!"). Давайте найдем золотую середину. Наша роль – быть "переводчиком" и "помощником"».

Ведущий предлагает и разбирает с группой несколько сценариев:

### **Сценарий 1: Ребенок хочет чужую игрушку.**

*Неправильно:* "Не трогай, это не твое!"

*Правильно (роль "переводчика"):* "Я вижу, тебе очень понравилась эта лопатка. Давай спросим у мальчика, можно ли посмотреть". Или: "Давай предложим ему поменяться на твое ведерко".

### **Сценарий 2: Другой ребенок берет игрушку нашего.**

*Неправильно:* "Ну что ты стоишь, заведи!"

*Правильно (озвучиваем чувства и учим говорить "нет"):* "Кажется, тебе не понравилось, что взяли твой самосвал. Ты можешь сказать: "Это мое. Я сейчас играю". Давай скажем вместе".

### **Сценарий 3: Как присоединиться к игре.**

*Неправильно:* "Иди играй с ними!"

*Правильно (предлагаем конкретное действие):* "Смотри, ребята строят башню. У тебя есть отличный большой кубик. Хочешь отнести его и поставить наверх?".

## **4. Дискуссия «Мои страхи перед детской площадкой».**

**Цель:** Нормализовать родительские переживания и найти способы самоподдержки.

**Вопросы для группы:** «Что самое страшное для вас в ситуации, когда ваш ребенок пытается общаться с другими детьми? Чего вы боитесь? (Что его обижают? Что он кого-то обидит? Что другие родители скажут что-то неприятное? Что я не буду знать, как реагировать?)».

**Вывод:** Эти страхи есть у всех нас. Важно помнить: наша цель – не идеальное взаимодействие, а безопасная попытка. Если сегодня получилось просто посидеть в одной песочнице 5 минут без слез – это уже огромный успех.

## **3. Заключительная часть**

### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Поделитесь, пожалуйста, какая мысль или какой конкретный прием из "сценариев для песочницы" показался вам наиболее полезным и применимым?».

## **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание на эту неделю – не заставить ребенка подружиться, а просто понаблюдать. Сходите на детскую площадку или в игровую комнату и просто посмотрите, на каком этапе игры находится ваш ребенок. Он играет один? Рядом с другими? Пытается контактировать? Не вмешивайтесь, просто отметьте для себя. Если будет подходящий момент, попробуйте применить одну из ролей "социального тренера"».

## **3. Релаксация «Место моей силы».**

Ведущий проводит знакомую участникам релаксацию, чтобы они могли снять напряжение после обсуждения тревожащей темы и наполниться ресурсом.

## **4. Прощание «Солнечный лучик».**

Группа встает в круг, и участники передают друг другу тепло и поддержку через традиционный ритуал, завершая встречу на позитивной ноте.

# **Конспект занятия №10. Тема: «Формирование самостоятельности. От помощи к поддержке: как научить ребенка делать самому».**

**Цель:** Повышение родительской компетентности в вопросах формирования навыков самообслуживания и самостоятельности у ребенка с учетом его индивидуальных возможностей.

**Задачи:** объяснить родителям важность самостоятельности для повышения самооценки и социальной адаптации ребенка. Познакомить с методом «Лестница помощи» как инструментом постепенной передачи ответственности ребенку. Научить родителей разбивать сложные бытовые задачи на простые, понятные шаги. Отработать на практике приемы поддержки ребенка в процессе освоения новых навыков. Обсудить родительские страхи и установки, мешающие развитию самостоятельности у детей.

## **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

Предметы для практикума: большая рубашка с пуговицами, ботинок со шнурками (или доска-шнуровка), чашка и кувшин с водой, губка.

Набор ламинированных карточек с пошаговым алгоритмом простого действия (например, «Моем руки»).

Бумага и ручки для участников.

Оборудование для релаксации.

## **План занятия**

### **1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

### **2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Самостоятельность – это не цель, а путь». Практикум «Лестница помощи»: учимся дозировать поддержку. Упражнение «Разбиваем задачу на шаги». Ролевая игра «Помоги мне, но не делай за меня». Дискуссия «Мои страхи и его крылья».

### **3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

#### **Ход встречи**

##### **1. Вводная часть**

###### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий проводит традиционный ритуал обмена позитивными событиями.

###### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе мы говорили об игре. Поделитесь, удалось ли вам поиграть с ребенком в роли "Партнера", следуя за его инициативой? Что вы почувствовали в этой роли?».

**Переход к теме:** «Спасибо! Когда мы следуем за ребенком в игре, мы даем ему почувствовать свою значимость и инициативность. Это первый шаг к самостоятельности. Сегодня мы поговорим о том, как перенести этот принцип из игры в реальную жизнь: в одевание, уборку, прием пищи. Как помочь ребенку стать более самостоятельным, не делая все за него».

##### **2. Основная часть**

###### **1. Мини-лекция «Самостоятельность – это не цель, а путь».**

**Цель:** Сместить фокус с результата («он должен уметь») на процесс («мы учимся вместе»).

###### **Ключевые тезисы:**

Для ребенка с особенностями развития самостоятельность – это не просто навык, это основа его самооценки. Каждое «Я сам!» – это огромная победа.

Часто мы, родители, из лучших побуждений мешаем этому. Почему? Потому что сделать самому – быстрее. Потому что боимся, что он не справится, испачкается, расстроится. Это называется «гиперопека».

Наша задача – найти золотую середину между помощью и вседозволенностью. Создать такие условия, в которых ребенок сможет безопасно пробовать и ошибаться.

###### **2. Практикум «Лестница помощи»: учимся дозировать поддержку.**

**Цель:** Дать родителям наглядный инструмент для определения уровня необходимой помощи.

**Инструкция:** Ведущий рисует на флипчарте лестницу с 5 ступенями. «Представьте, что это лестница нашей помощи. Наша цель – всегда стараться стоять на самой нижней ступеньке, на которую способен ребенок в данный момент».

**5 ступень (самая верхняя):** Я делаю все ЗА тебя. (Родитель сам одевает ребенка).

**4 ступень:** Я делаю ВМЕСТЕ с тобой (метод «рука в руке»). (Родитель своей рукой направляет руку ребенка, застегивая пуговицу).

**3 ступень:** Ты делаешь, а я ПОМОГАЮ жестом или словом. (Ребенок пытается застегнуть, родитель подсказывает: «Теперь вот эту петельку»).

**2 ступень:** Ты делаешь САМ, а я просто РЯДОМ для поддержки. (Ребенок одевается сам, родитель находится в комнате на случай, если понадобится помощь).

**1 ступень (основание):** Ты делаешь все САМ. (Ребенок самостоятельно оделся и вышел из комнаты).

###### **3. Упражнение «Разбиваем задачу на шаги».**

**Цель:** Научиться видеть сложное действие как цепочку простых.

**Инструкция:** «Любой сложный навык, например, "убрать игрушки", можно разбить на маленькие шаги. Давайте попробуем вместе. Что нужно сделать, чтобы убрать кубики?».

Группа вместе с ведущим составляет алгоритм: 1. Взять коробку. 2. Открыть крышку. 3. Взять один кубик. 4. Положить в коробку. 5. Взять следующий кубик... и т.д.

**Вывод:** Когда мы видим эти маленькие шаги, нам легче понять, на каком именно этапе ребенку нужна помощь, и спуститься на нужную ступеньку «лестницы». Для многих детей очень помогают визуальные подсказки – карточки с картинками для каждого шага.

#### **4. Ролевая игра «Помоги мне, но не делай за меня».**

**Цель:** Отработать применение «Лестницы помощи» в реальной ситуации.

**Инструкция:** Родители делятся на пары. Один – «ребенок», который пытается надеть рубашку и застегнуть пуговицы. Второй – «родитель».

**Задача «родителя»:** Не застегивать рубашку самому (5 ступень), а попробовать помочь, используя 4, 3 или 2 ступень. Например, начать с подсказки («Смотри, вот дырочка»), потом помочь направить пуговицу жестом, и только в крайнем случае использовать метод «рука в руке».

**Обсуждение:** «Что было самым сложным для "родителя"? Хотелось ли все сделать побыстрее? Что чувствовал "ребенок", когда ему давали возможность попробовать самому?».

#### **5. Дискуссия «Мои страхи и его крылья».**

**Цель:** Проговорить и нормализовать родительские тревоги.

**Вопросы для группы:** «Чего вы боитесь больше всего, когда даете ребенку что-то делать самому? (Что он поранится? Что сделает неаккуратно? Что у него не получится, и он расстроится? Что подумают другие?)».

**Вывод:** Наши страхи понятны. Но, оберегая ребенка от всех трудностей, мы лишаем его возможности научиться их преодолевать. Каждая ошибка – это ценный опыт. Наша задача – не убрать все препятствия с его пути, а научить его через них перешагивать.

### **3. Заключительная часть**

#### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Наша встреча подходит к концу. Какая идея или какой инструмент сегодня показался вам самым полезным для вашей семьи?».

#### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Выберите одно простое бытовое действие, которое вы обычно делаете за ребенка (например, наливаете ему воду, убираете за ним тарелку, достаете игрушку). На этой неделе попробуйте применить к этому действию "Лестницу помощи". Ваша цель – не добиться идеального результата, а попробовать спуститься хотя бы на одну ступеньку ниже, чем обычно. Понаблюдайте за реакцией ребенка и за своими чувствами».

#### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для снятия напряжения и восстановления ресурса).

#### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, завершающий встречу на теплой, объединяющей ноте).

## **Конспект занятия №11. Тема: «Развивающая среда дома. Как организовать безопасное и полезное пространство».**

**Цель:** Повышение родительской компетентности в организации безопасного, доступного и развивающего домашнего пространства, которое стимулирует самостоятельность ребенка и учитывает его особые потребности.

**Задачи:** познакомить родителей с основными принципами организации развивающей среды: безопасность, доступность, зонирование и предсказуемость. Научить анализировать собственное жилое пространство с точки зрения потребностей ребенка. Дать практические, низкокзатратные идеи по адаптации дома для развития самостоятельности и снижения сенсорной перегрузки. Обсудить принцип «меньше – значит больше» в отношении игрушек и стимулов. Способствовать снижению родительской тревоги за счет создания понятной и управляемой для ребенка среды.

### **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

Бумага формата А4 и ручки/карандаши для каждого участника.

Фотографии-примеры организации пространства (например, низкие полки, визуальные подсказки в ванной, уголок для уединения).

Несколько контейнеров или коробок для демонстрации системы хранения.

Оборудование для релаксации.

### **План занятия**

#### **1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее». Обсуждение домашнего задания.

#### **2. Основная часть (60 минут)**

Мини-лекция «Дом, который помогает расти». Упражнение «Карта нашего дома: аудит пространства». Практикум «Мир на уровне глаз ребенка»: принципы доступности. Мозговой штурм «Умное хранение: как победить хаос?». Обсуждение «Музей или жилой дом? Как найти баланс».

#### **3. Заключительная часть (15 минут)**

Обратная связь «Что беру с собой...». Домашнее задание. Релаксационное упражнение «Место силы». Ритуал прощания «Солнечный лучик».

### **Ход встречи**

#### **1. Вводная часть**

##### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

Ведущий проводит традиционный ритуал, настраивая группу на продуктивную работу.

##### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе вашим заданием было попробовать применить "Лестницу помощи" к одному бытовому действию. Поделитесь, что получилось? На какую ступеньку удалось спуститься? Как отреагировал ребенок?».

**Переход к теме:** «Спасибо! Мы увидели, как важно дозировать нашу помощь. А сегодня мы поговорим о том, как сделать так, чтобы сам дом стал нашим помощником. Как организовать пространство, чтобы оно подсказывало

ребенку, что делать, и давало ему возможность проявить самостоятельность без нашей постоянной помощи».

## 2. Основная часть

### 1. Мини-лекция «Дом, который помогает расти».

**Цель:** Сформировать понимание, что среда – это «третий учитель» для ребенка.

**Ключевые тезисы:**

Правильно организованное пространство дает ребенку чувство **безопасности и предсказуемости**. Когда он знает, где лежат его вещи и что от него ожидается, его уровень тревоги снижается.

**Доступность** – ключ к самостоятельности. Если ребенок может сам достать свою чашку, повесить куртку, взять игрушку – он учится обслуживать себя.

**Зонирование** помогает структурировать деятельность. Четкое разделение на зону для игр, зону для отдыха, зону для творчества помогает ребенку легче переключаться и настраиваться на нужное занятие.

### 2. Упражнение «Карта нашего дома: аудит пространства».

**Цель:** Научить родителей анализировать свое жилье с точки зрения ребенка.

**Инструкция:** «Возьмите лист бумаги и схематично нарисуйте комнату, где ваш ребенок проводит больше всего времени. А теперь давайте проведем небольшой аудит.

Отметьте знаком «+» ту зону, которая, как вам кажется, организована удобно для ребенка (например, у него есть свой уголок, где он любит играть).

Отметьте знаком «?» ту зону, которая вызывает больше всего проблем (например, место, где всегда разбросаны игрушки, или где ребенок не может ничего найти).

Попробуйте мысленно "пройти" по этой комнате на уровне глаз вашего ребенка. Что он видит? До чего может дотянуться? Что может представлять для него опасность?».

Родители работают индивидуально 5-7 минут, затем желающие делятся своими наблюдениями.

### 3. Практикум «Мир на уровне глаз ребенка»: принципы доступности.

**Цель:** Дать конкретные, простые идеи по адаптации дома.

**Инструкция:** «Давайте вместе подумаем, какие простые вещи мы можем сделать, чтобы мир стал доступнее для наших детей». Ведущий записывает идеи на флипчарт, разделяя их по зонам:

**Прихожая:** Крючок для куртки на уровне роста ребенка. Низкая полочка или коврик для его обуви. Стульчик или пуф, чтобы было удобно обуваться.

**Детская/Игровая:** Открытые низкие стеллажи вместо закрытых шкафов. Контейнеры с картинками-подсказками (здесь – кубики, здесь – машинки).

**Кухня:** Нижний ящик, где лежит детская посуда. Устойчивый стул-башня или подставка, чтобы ребенок мог помогать у раковины.

**Ванная:** Устойчивая подставка у раковины. Крючок для полотенца на удобной высоте. Визуальная инструкция «Как мыть руки» над раковиной.

### 4. Мозговой штурм «Умное хранение: как победить хаос?».

**Цель:** Обсудить принцип ротации игрушек и осмысленного выбора.

**Инструкция:** «Часто проблема не в том, что игрушек мало, а в том, что их слишком много. Ребенок перегружен выбором и в итоге не играет ни во что. Какие есть идеи?».

Ведущий направляет обсуждение к ключевым идеям:

**Ротация:** Убрать часть игрушек в коробку на антресоль. Раз в 1-2 недели менять набор. Старые игрушки будут восприниматься как новые.

**Тематические контейнеры:** Хранить не все в одной куче, а по темам: конструктор в одной коробке, материалы для лепки – в другой.

**Правило «один к одному»:** Прежде чем взять новую игру, нужно убрать на место предыдущую.

### **5. Обсуждение «Музей или жилой дом? Как найти баланс».**

**Цель:** Снять перфекционизм и чувство вины у родителей.

**Вопросы для группы:** «Иногда, стремясь создать идеальную развивающую среду, можно превратить дом в подобие реабилитационного центра. Где грань? Как сохранить уют и домашнюю атмосферу, но при этом сделать пространство полезным?».

**Вывод:** Главное – не идеальный порядок, а **логика и понятность** для ребенка. Дом должен оставаться местом для жизни, смеха и даже беспорядка. Наша задача – сделать этот «управляемый хаос» безопасным и стимулирующим.

## **3. Заключительная часть**

### **1. Обратная связь «Что беру с собой?..»**

**Инструкция:** «Поделитесь, пожалуйста, какая одна, самая простая идея по организации пространства вам сегодня откликнулась, и вы готовы попробовать ее реализовать?».

### **2. Домашнее задание.**

**Инструкция:** «Ваше домашнее задание – выбрать одну небольшую зону в вашем доме (ту, что вы отметили знаком «?») и попробовать применить к ней один из принципов, которые мы сегодня обсуждали. Например, прибить низкий крючок в прихожей или поставить контейнер с картинкой для одного вида игрушек. Не нужно делать революцию, начните с одного маленького шага. На следующей встрече расскажете, что изменилось».

### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится стандартная релаксация для восстановления сил и эмоционального равновесия).

### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Традиционный ритуал, завершающий встречу на теплой, объединяющей ноте).

## **Конспект занятия №12. Тема: «Подведение итогов. Наши успехи и дальнейшие шаги».**

**Цель:** Закрепление полученных знаний и навыков, осознание родителями собственного прогресса и формирование плана по дальнейшему использованию полученных компетенций в жизни семьи.

**Задачи:** создать атмосферу для рефлексии и осознания участниками личных достижений за время прохождения программы. Систематизировать ключевые знания и инструменты, полученные на занятиях. Способствовать формированию у родителей уверенности в своих силах и видения дальнейших шагов в поддержке ребенка. Обеспечить позитивное и ресурсное завершение групповой работы,

укрепить чувство общности и взаимной поддержки. Получить обратную связь о программе для ее дальнейшего совершенствования.

#### **Материалы и оборудование:**

Флипчарт, маркеры.

Красивые листы бумаги и ручки для каждого участника.

Конверты для «Письма в будущее».

Небольшой символический предмет (например, гладкий камешек, «камень силы») для передачи в круге.

Оборудование для релаксации.

#### **План занятия**

##### **1. Вводная часть (15 минут)**

Упражнение «Новое-хорошее» (с фокусом на весь период занятий). Обсуждение домашнего задания.

##### **2. Основная часть (60 минут)**

Вступительное слово ведущего «Наш путь: от первой встречи до сегодня». Упражнение «Мой сундучок родительских сокровищ». Практикум «Письмо себе в будущее». Упражнение «Круг поддержки и благодарности».

##### **3. Заключительная часть (15 минут)**

Итоговая обратная связь о программе. «Домашнее задание» на будущее. Релаксационное упражнение «Место моей силы». Прощание «Солнечный лучик».

#### **Ход встречи**

##### **1. Вводная часть**

###### **1. Упражнение «Новое-хорошее».**

**Инструкция:** «Сегодня наша заключительная встреча. Давайте по нашей доброй традиции поделимся чем-то новым и хорошим. Но сегодня пусть это будет что-то хорошее, что вы заметили в себе как в родителе или в своем ребенке за все время наших встреч».

###### **2. Обсуждение домашнего задания.**

**Инструкция:** «На прошлой неделе вы пробовали сделать один маленький шаг в организации пространства. Расскажите, что это был за шаг? Как он повлиял на атмосферу в доме или на самостоятельность ребенка?».

**Переход к теме:** «Спасибо! Каждый такой маленький шаг, который вы делали от недели к неделе, складывался в большой путь. Сегодня мы посмотрим на этот путь целиком, увидим, сколько всего мы уже прошли, и наметим, куда двигаться дальше».

##### **2. Основная часть**

###### **1. Вступительное слово ведущего «Наш путь: от первой встречи до сегодня».**

Ведущий кратко напоминает основные темы, которые были затронуты в программе: забота о себе, понимание эмоций ребенка, важность игры, развитие самостоятельности, организация среды.

**Ключевой посыл:** «Мы прошли большой путь. Мы учились быть не идеальными, а достаточно хорошими родителями. Мы учились лучше понимать себя и своих детей. Сегодняшняя встреча – это возможность собрать все ценное, что вы здесь получили, в свой личный багаж».

###### **2. Упражнение «Мой сундучок родительских сокровищ».**

**Цель:** Помочь каждому участнику осознать и присвоить полученные знания и навыки.

**Инструкция:** «Возьмите, пожалуйста, лист бумаги. Представьте, что это ваш личный сундучок или копилка. Запишите в него все "сокровища", которые вы забираете с собой из нашей "Школы для родителей". Это может быть конкретный прием (как "контейнирование" эмоций), важная мысль ("игра – это серьезно"), новое понимание своего ребенка или просто чувство, что вы не одни. Запишите все, что кажется вам ценным».

Родители работают индивидуально 7-10 минут.

**Обсуждение:** «Кто готов поделиться одним, самым главным "сокровищем" из своего сундучка?». Участники по кругу делятся своими находками.

### **3. Практикум «Письмо себе в будущее».**

**Цель:** Создать для себя «опору» на случай будущих трудностей.

**Инструкция:** «Сейчас я предлагаю вам сделать себе подарок на будущее. Напишите письмо себе – тому родителю, которым вы будете через полгода или год. Представьте, что у вас будет трудный день, когда опустятся руки. Что бы вы, сегодняшний, знающий и сильный, хотели сказать себе в тот момент? Напомните себе о своих сильных сторонах, о тех "сокровищах", которые вы сегодня собрали. Посоветуйте, на что опереться. Это письмо только для вас».

Родители пишут письма (10-15 минут), затем запечатывают их в конверты, подписывая «Открыть, когда будет трудно» или конкретную дату.

### **4. Упражнение «Круг поддержки и благодарности».**

**Цель:** Завершить групповую работу на позитивной ноте, укрепить связи.

**Инструкция:** «Наша группа стала для многих местом силы и поддержки. Давайте передадим по кругу этот камешек. Когда он у вас в руках, скажите, пожалуйста, за что вы благодарны группе или кому-то из участников. Можно сказать "спасибо" за совет, за улыбку, за то, что выслушали».

Ведущий начинает первым, чтобы задать тон. Упражнение помогает каждому почувствовать свою ценность и вклад в общее дело.

## **3. Заключительная часть**

### **1. Итоговая обратная связь о программе.**

**Инструкция:** «Для нас очень важно ваше мнение. Поделитесь, пожалуйста, что было для вас самым полезным во всей программе? Что, возможно, стоило бы добавить или изменить?».

### **2. «Домашнее задание» на будущее.**

**Инструкция:** «На сегодня это наше последнее занятие, но ваша работа над собой и отношениями с ребенком продолжается. Ваше главное "домашнее задание" – не забывать заглядывать в свой "сундучок сокровищ", быть к себе добрее и помнить, что вы – самый лучший родитель для своего ребенка. И, конечно, не забудьте открыть письмо, когда придет время».

### **3. Релаксация «Место моей силы».**

(Проводится знакомая релаксация, как символ того, что этот инструмент остается с родителями навсегда).

### **4. Прощание «Солнечный лучик».**

(Проводится заключительный ритуал. Ведущий может добавить слова о том, что этот "солнечный лучик" теперь всегда внутри каждого из них, и они могут делиться его теплом со своими близкими).

**Анкета №1 для участников программы «Школа родителей. Раннее развитие»****Уважаемые родители!**

Мы рады приветствовать вас на нашей программе! Чтобы сделать наши встречи максимально полезными и интересными именно для вас, просим вас уделить несколько минут и ответить на вопросы этой анкеты. Ваши ответы помогут нам лучше понять ваши ожидания и актуальные запросы. Анкета анонимна, но вы можете указать свое имя по желанию.

Благодарим за сотрудничество!

**Имя (по желанию):** \_\_\_\_\_

**Возраст вашего ребенка (детей):** \_\_\_\_\_

**Что для вас означает понятие «раннее развитие»? (Выберите не более 3 вариантов)**

- Обучение чтению, счету, иностранным языкам с пеленок.
- Создание условий для естественного развития ребенка через игру.
- Посещение множества развивающих занятий.
- Гармоничное развитие всех сфер: физической, эмоциональной,
- Следование за интересами ребенка и поддержка его любознательности.
- Другое: \_\_\_\_\_

**Какие вопросы развития вашего ребенка волнуют вас больше всего на данный момент?**

- Речевое развитие (мало говорит, не говорит)
- Физическое развитие (ползание, ходьба, мелкая моторика)
- Эмоциональное развитие (истерики, капризы, страхи)
- Социальное развитие (общение с другими детьми и взрослыми)
- Сон и режим дня
- Питание
- Приучение к горшку
- Другое: \_\_\_\_\_

**Оцените, пожалуйста, свою уверенность в следующих вопросах (где 1 – совсем не уверен(а), 5 – полностью уверен(а)):**

Я знаю, какие игры и занятия полезны моему ребенку в его возрасте: 1 2 3 4 5

Я понимаю причины капризов и истерик своего ребенка: 1 2 3 4 5

Я знаю, как помочь ребенку заговорить: 1 2 3 4 5

Я умею организовывать развивающее пространство дома: 1 2 3 4 5

**Часть 3. Ваше родительство и самочувствие**

**Как часто вы играете с ребенком в течение дня (именно совместная, включенная игра)?**

- Менее 15 минут
- 15-30 минут
- 30-60 минут
- Больше часа

**Что вам мешает проводить больше времени в совместных занятиях с ребенком?**

\_\_\_\_\_

**Оцените свое эмоциональное состояние за последнюю неделю (где 1 – очень плохое, 5 – отличное):** 1 2 3 4 5

**Что вы ожидаете получить от посещения «Школы для родителей»?**

\_\_\_\_\_

**Спасибо за ваши ответы!**

**Анкета №2 по итогам программы «Школа родителей. Раннее развитие»**

**Уважаемые родители!**

Наш курс подошел к концу. Мы благодарим вас за активное участие! Ваше мнение очень важно для нас, оно поможет сделать программу еще лучше и полезнее для других семей. Пожалуйста, ответьте на несколько вопросов.

**Насколько в целом вы удовлетворены участием в программе?** (Оцените по шкале от 1 до 10, где 1 – совсем не удовлетворен(а), 10 – полностью удовлетворен(а)) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**Оправдались ли ваши ожидания от курса?**

- Да, полностью
- В большей степени
- Частично
- Нет, не оправдались

**Какие темы (занятия) были для вас наиболее полезными и интересными?**

---

**Какой информации, на ваш взгляд, не хватило в программе?**

---

**Часть 2. Результаты и изменения**

**Оцените, пожалуйста, как изменилась ваша уверенность в следующих вопросах после прохождения курса (где 1 – совсем не уверен(а), 5 – полностью уверен(а)):**

Я знаю, какие игры и занятия полезны моему ребенку в его возрасте: 1 2 3 4 5

Я понимаю причины капризов и истерик своего ребенка: 1 2 3 4 5

Я знаю, как помочь ребенку заговорить: 1 2 3 4 5

Я чувствую себя более спокойным и ресурсным родителем: 1 2 3 4 5

**Что самое ценное вы «берете с собой» после наших встреч? (Можно выбрать несколько вариантов)**

- Конкретные игры и упражнения для занятий с ребенком.
- Новые знания о развитии детей.
- Уверенность в своих родительских силах.
- Понимание, что я не один(на) со своими трудностями.
- Способы заботы о себе и своем эмоциональном состоянии.
- Другое: \_\_\_\_\_

**Заметили ли вы какие-либо позитивные изменения в поведении вашего ребенка или в ваших с ним отношениях за время прохождения программы? Если да, опишите, пожалуйста, какие.**

---

**Что бы вы посоветовали нам улучшить в программе? (Формат, темы, подача материала)**

---

**Порекомендовали бы вы эту программу другим родителям?**

- Да, обязательно
- Скорее да
- Скорее нет
- Нет

**Большое спасибо за ваше время и честные ответы!**

**Мир на кончиках пальцев:  
5 чувств для гармоничного  
развития**

**Составили и подготовили:**  
**Егорова А.В.** учитель-дефектолог,  
89088971832, [Safo.Alena@mail.ru](mailto:Safo.Alena@mail.ru)  
**Власова Н.М.**, педагог-психолог,  
89088809726, [portman-97@mail.ru](mailto:portman-97@mail.ru)  
**Дубенцова Ю.В.**, педагог-психолог,  
89088982713,  
[ulia.dubencova1975@gmail.com](mailto:ulia.dubencova1975@gmail.com)

**КОУ «Ханты-Мансийская школа для  
обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья»  
2025 год**



**Сенсорное развитие** – это познание мира через органы чувств: зрение, слух, осязание, обоняние и вкус. Мозг ребенка получает информацию, обрабатывает ее и учится реагировать. Чем больше разнообразных и безопасных стимулов получает малыш, тем активнее развивается его мозг.

### Почему это важно?

- Это основа для развития **речи и мышления**.
- Помогает развивать **координацию и мелкую моторику**.
- Учит ребенка **концентрировать внимание**.
- Способствует **эмоциональной регуляции** (например, игры с водой успокаивают).



## Простые игры для развития чувств

### ЗРЕНИЕ

- **0-3 мес:** Черно-белые картинки.
- **С 4 мес:** Яркие игрушки, рассматривание своего отражения в зеркале.
- **С 1 года:** Книжки с крупными картинками, сортировка предметов по цвету.

### СЛУХ

- Пойте колыбельные и потешки.
- Создавайте звуки: шуршите бумагой, звените колокольчиком, стучите ложкой по кастрюле.
- Включайте разную музыку классическую, детские песенки, звуки природы.

### ОСЯЗАНИЕ

- **Массаж и поглаживания:** Лучший способ почувствовать свое тело.
- **«Волшебный мешочек»:** Сложите в мешочек предметы разной фактуры (шишка, гладкий камень, мягкая губка) и давайте малышу их ощупывать.
- **Игры с крупами, водой, песком**

### Что это такое?

Это любая неглубокая емкость (таз, контейнер), наполненная безопасным материалом, который можно трогать, пересыпать, исследовать.

### Чем наполнить?

- **Сухие наполнители:** гречка, рис, манка, фасоль, макароны.
- **Природные материалы:** шишки, желуди, гладкие камни, сухие листья.
- **Вода:** теплая или прохладная, можно добавить пищевой краситель.

### Что добавить внутрь?

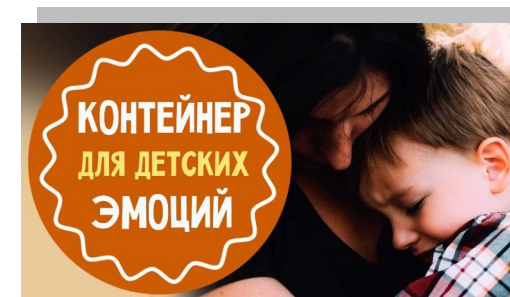
Ложки, стаканчики, ситечко, маленькие игрушки, которые можно прятать и искать.

### **ВАЖНО!**

Игры с мелкими предметами и сенсорными коробками проводятся **только под строгим присмотром взрослого!**

**«Контейнирование»:**  
как стать для ребенка надежным  
«контейнером» для его эмоций

Шаг	Что делает родитель
1. Саморегуляция	Глубокий вдох. Мысль: "Это его истерика, не моя. Я спокоен". Присаживается рядом с ребенком.
2. Валидация	"Я вижу, ты очень сильно расстроен".
3. Вербализация	"Ты злишься и обижаешься на меня".
4. Связь с причиной	"Ты очень хотел эту машинку, а я сказала "нет", поэтому ты так расстроился".
5. Границы	"Я понимаю твои чувства, но кричать и падать на пол в магазине нельзя".
6. Альтернатива	"Мы сейчас выйдем из магазина, и ты сможешь потопать ногами, если захочешь. А когда мы придем домой, мы можем слепить машинку из пластилина. Хочешь?"



**Что это такое?**

**Контейнирование** — это процесс, в котором взрослый (родитель) принимает сильные, хаотичные и непереносимые для ребенка чувства (гнев, страх, обиду, фрустрацию), "перерабатывает" их внутри себя и возвращает ребенку в понятном и переносимом виде.

Представьте, что эмоции ребенка — это кипящая, бьющая через край жидкость. У него еще нет достаточно прочного "сосуда", чтобы ее удержать. Родитель выступает в роли большого, прочного и спокойного "контейнера", который принимает в себя эту "жидкость", помогает ей "остыть", а затем возвращает ребенку уже в виде понятного и безопасного напитка.

**Почему это так важно?**

- Ребенок учится понимать, что с ним происходит.
- Он чувствует себя понятым и принятым, что укрепляет вашу связь.
- Это основа для развития его собственной способности к саморегуляции в будущем.
- Это помогает предотвратить или смягчить истерики и аффективные вспышки.

*Составили и подготовили:*  
**Егорова А.В.**, учитель-дефектолог,  
89088971832, [Safo.Alena@mail.ru](mailto:Safo.Alena@mail.ru)  
**Власова Н.М.**, педагог-психолог,  
89088809726, [portman-97@mail.ru](mailto:portman-97@mail.ru)  
**Дубенцова Ю.В.**, педагог-психолог,  
89088982713, [ulia.dubencova1975@gmail.com](mailto:ulia.dubencova1975@gmail.com)

**КОУ «Ханты-Мансийская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»**  
**2025 год**

## Пошаговый алгоритм контейнирования

### Шаг 1: Наденьте маску на себя (Саморегуляция родителя)

Прежде чем помочь ребенку, вы должны быть в состоянии выдержать его бурю. Если ваш собственный "контейнер" переполнен, вы не сможете принять чужие эмоции.

**Сделайте паузу.** Прежде чем реагировать, сделайте глубокий вдох и выдох.

**Заземлитесь.** Почувствуйте свои стопы на полу. Напомните себе: "Я взрослый. Я справлюсь. Его чувства — это не мои чувства".

**Примите спокойную позу.** Сядьте на уровень ребенка, не нависайте над ним.

**Цель этого шага:** Не дать эмоциям ребенка "заразить" вас. Сохранить внутреннее спокойствие, чтобы быть опорой.

### Шаг 2: Признайте и отразите чувство (Валидация)

Покажите ребенку, что вы видите его переживания. На этом этапе не нужно оценок, советов или логических доводов.

**Просто опишите то, что видите:** "Я вижу, ты очень злишься", "Тебе сейчас очень обидно", "Похоже, ты сильно расстроен".

**Используйте невербальные сигналы:** Кивните, установите мягкий зрительный контакт (если это комфортно для ребенка), положите руку на плечо (если он это позволяет).

**Цель этого шага:** Дать ребенку сигнал: "Я тебя вижу. Твои чувства существуют. Они важны".

### Шаг 3: Назовите эмоцию (Вербализация)

Дайте чувству имя. Это помогает перевести хаотичное переживание из области "непонятного ужаса" в область чего-то конкретного и названного.

**Используйте простые слова:** "Это называется злость", "Ты сейчас чувствуешь грусть", "Это разочарование".

**Свяжите чувство с телесными ощущениями:** "Ты так злишься, что у тебя сжались кулачки и покраснели щеки".

**Цель этого шага:** Создать для ребенка "словарь эмоций". То, что имеет название, уже не так страшно.

### Шаг 4: Свяжите эмоцию с причиной

Помогите ребенку понять, *почему* он это чувствует. Это развивает его эмоциональный интеллект и самосознание.

**Проговорите причину:** "Ты злишься, потому что мы уходим с площадки, а ты хотел еще поиграть", "Ты расстроен, потому что башня из кубиков упала", "Тебе обидно, потому что Маша не дала тебе свою игрушку".

**Цель этого шага:** Построить мостик между событием и внутренней реакцией.

### Шаг 5: Установите границы для поведения (не для чувств!)

Это критически важный момент. Вы принимаете любые чувства, но не любое поведение.

**Формула: «Чувствовать можно, делать нельзя»**

**Примеры:** "Я понимаю, что ты злишься, но бить меня (или брата, или кошку) нельзя", "Грустить — это нормально, но кидать игрушки не разрешается", "Ты можешь обижаться, но мы не кричим в магазине".

**Цель этого шага:** Научить ребенка, что его чувства легальны, но их проявление должно быть безопасным для него и окружающих.



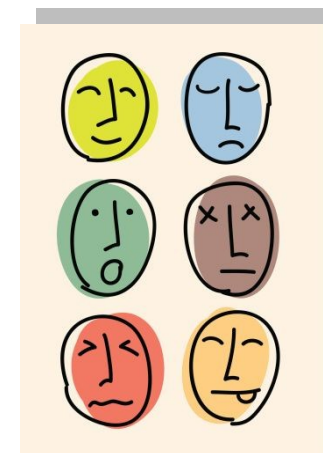
### Шаг 6: Предложите приемлемый способ выражения эмоции

Не просто запрещайте, а предлагайте альтернативу. Дайте ребенку инструмент, что делать с этой сильной эмоцией.

**Для злости:** "Если ты злишься, можно сильно-сильно потопать ногами. Давай вместе!", "Хочешь порвать вот эту старую газету?", "Давай порычим, как тигры!".

**Для обиды и грусти:** "Хочешь, я тебя обниму?", "Давай посидим вместе и погрустим немного", "Может, нарисуем твою обиду?".

**Цель этого шага:** Дать ребенку социально приемлемые способы справляться с сильными чувствами.



### Пример из жизни: ситуация в магазине

**Ситуация:** Ребенок в магазине требует игрушку, вы отказываете, начинается истерика.

**Важно помнить:** Контейнирование — это навык. Он не всегда будет получаться идеально, и это нормально. Главное — ваше искреннее намерение понять ребенка и помочь ему, не разрушаясь при этом самому.

**«Игра – это серьезно!  
Как развивать малыша,  
просто играя»**



Игра для ребенка – это не просто развлечение. Это его основной способ познания мира, общения и развития. Когда ваш малыш играет, у него в мозге активно формируются новые нейронные связи!

**В игре ребенок учится:**

**🧠 Мыслить:** Понимать причину до **6-ти** месяцев:

- **«Ку-ку!»:** Лучшая игра для понимания, что мама не исчезает навсегда.
- **Погремушки и шуршалки:** Учимся связывать звук и движение.
- **Разные ткани:** Дайте потрогать шелк, вельвет, махровое полотенце.

**Во что играть? Идеи по возрастам**

**6-12 месяцев:**

- **Пирамидки и стаканчики:** Учимся соотносить размеры, вкладывать и вынимать.
- **«Дай-на»:** Простая игра на взаимодействие.
- **Коробка с «сокровищами»:** Сложите в коробку безопасные предметы (деревянная ложка, большая крышка, шишка) и дайте малышу их исследовать.

**1-3 года:**

- **Сюжетные игры:** «Кормим» куклу, «лечим» мишку, «строим» дом из кубиков.
- **Игры с водой и песком:** Переливание, пересыпание – отлично успокаивает и развивает.
- **Творчество:** Пальчиковые краски, соленое тесто, крупные мелки. Наблюдаем следствие («Если я толкну башню, она упадет»).

**👉 Действовать:** Развивать крупную и мелкую моторику, координацию движений.

**❤️ Чувствовать:** Выразить эмоции (радость, удивление, даже злость) в безопасной форме.

**🗣️ Общаться:** Усваивать новые слова, учиться взаимодействовать и договариваться.

**Главные правила «правильной»  
игры**

**Следуйте за ребенком.** Не навязывайте свой сценарий. Если малыш хочет катать машинку, а не строить гараж – катайте машинку вместе с ним.

**2. Не торопите и не исправляйте.** Важен процесс, а не результат. Кривая башенка – это тоже отличный результат!

**3. Будьте включенным.** Отложите телефон. 15 минут полного внимания к игре ребенка ценнее, чем час «игры» с постоянным отвлечением

**4. Безопасность – прежде всего.** Убедитесь, что все игрушки и предметы соответствуют возрасту и не могут навредить.

**5. Радуйтесь вместе!** Ваша любовь, внимание и совместная игра – это лучший вклад в будущее вашего ребенка, который не заменят никакие дорогие игрушки и методики.

**«Игра – это серьезно!  
Как развивать малыша,  
просто играя»**



*Составили и подготовили:  
Егорова А.В. учитель-дефектолог,  
89088971832, [Safo.Alena@mail.ru](mailto:Safo.Alena@mail.ru)  
Власова Н.М., педагог-психолог,  
89088809726, [portman-97@mail.ru](mailto:portman-97@mail.ru)  
Дубенцова Ю.В., педагог-психолог,  
89088982713, [ulia.dubencova1975@gmail.com](mailto:ulia.dubencova1975@gmail.com)*

*КОУ «Ханты-Мансийская школа для  
обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья»  
2025 год*

## Список литературы и методических материалов

1. Выготский, Л. С. Основы дефектологии. — СПб.: Лань, 2003. — 656 с.
2. Петрановская, Л. В. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка. — М.: АСТ, 2020. — 288 с.
3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? — М.: АСТ, 2019. — 288 с.
4. Стребелева, Е. А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии: Кн. для педагога-дефектолога. — М.: Владос, 2005. — 180 с.
5. Олигофренопедагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т. В. Альшева, Г. В. Васенков, В. В. Воронкова и др.; под ред. В. В. Воронковой. — М.: Дрофа, 2009. — 397 с.
6. Павлова, Н. Н., Руденко, Л. Г. Экспресс-курс раннего развития. От 0 до 1 года. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. — 144 с.
7. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 1. — М.: Генезис, 2003. — 160 с.
8. Мустаева, Л.Г. Родительское выгорание. — М.: Генезис, 2021. — 200 с.
9. Монтессори, М. Помоги мне сделать это самому / Сост., вступ. статья М. В. Богуславский, Г. Б. Корнетов. — М.: Издат. дом «Карапуз», 2000. — 272 с.