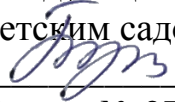


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 348 СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

Принято на  
педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2022

Утверждаю  
Заведующий МОУ  
Детским садом № 348  
 А.А. Борн  
Приказ № 274 от 30.08.2022



**Рабочая программа**  
дополнительного образования  
по повышению уровня адаптивности  
младших дошкольников к условиям ДОУ  
**«Арт-студия «Гармония»**  
на **2022/2023 учебный год**

срок реализации программы: 01.09.2022 по 31.05.2023

Автор-составитель:  
Кравцова Екатерина Андреевна,  
педагог-психолог

# СОДЕРЖАНИЕ

## **I.Целевой раздел**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи
- 1.3. Принципы формирования программы
- 1.4. Используемые виды Арт – терапии
- 1.5. Возрастные особенности развития детей
- 1.6. Планируемые результаты освоения программы

## **II. Содержательный раздел**

- 2.1. Форма и структура занятий
- 2.2. Календарно-тематическое планирование
- 2.3. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы
- 2.4. Взаимодействие педагога-психолога с семьями воспитанников

## **III. Организационный раздел**

- 3.1. Материально-техническое обеспечение программы
- 3.2. Расписание занятий «Арт-студия «Гармония» на 2022-2023 учебный год

## **IV.Список литературы**

# I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма. Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Таким образом, перед педагогами адаптационных групп стоит важная задача - помочь детям преодолеть стресс при поступлении в дошкольное учреждение и успешно адаптироваться к нему.

В данном случае необходим метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления душевного баланса малыша. Самым оптимальным подходом в обеспечении адаптации детей раннего возраста можно считать творческий подход, раскрывающий особенности личности и индивидуальности каждого ребенка.

В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия в период адаптации младших дошкольников к условиям ДОО, я успешно использую техники арт-терапии. Арт-терапия – это один из самых мягких и в тоже время глубоких методов. АРТ-терапия - это внутренний мир ребенка, и я на своих занятиях не лечу, в прямом смысле слова, а помогаю ребенку обрести гармонию с самим с собой и окружающим.

Использование элементов арт-терапии позволяет:

- Создать положительный эмоциональный настрой;
- Снять эмоциональное напряжение (это особенно важно на начальном этапе адаптации)
- Снизить утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления;
- Повысить адаптационные способности ребенка к повседневной жизни детского сада;
- Развивать воображение, навыки изобразительной деятельности, художественных способностей в целом.
- Возможность обратиться к невысказанным фантазиям и желаниям ребенка.

Помимо всего использование метода арт-терапии способствует ещё и развитию мышления, логики, воображения, памяти, внимания, речи, мелкой

моторики, творческих способностей, навыков успешного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, ну и, конечно же, отличному самочувствию ребенка.

## **1.2. Цель, задачи и методологическая основа программы**

Методологической основой программы «Арт-студия «Гармония» послужили концепции З.Фрейда, К. Юнга, К. Роджерса, практические наработки и исследования А.И. Копытина, Н.А. Сакович, Л.Д. Лебедевой, М.Д. Агошковой а также программы А.С. Роньжиной, О.Л. Князевой, И.П. Афанасьевой, Л.Г. Пыжьяновой, А.Ю. Кремляковой, Н.М. Погосовой, М.А. Федосеевой, Е.А. Алябьевой.

**Цель программы:** повышение уровня адаптивности младших дошкольников к условиям ДОУ, гармонизация личности детей, через раскрытие их творческого потенциала.

### **Задачи:**

- ✓ снять эмоциональное напряжение;
- ✓ повысить адаптационные способности ребенка к повседневной жизни;
- ✓ снизить утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления;
- ✓ развивать воображения, творческое мышление, мелкую моторику, речь;

**Участники программы:** дети 2-3, 3-4 лет

**Срок реализации:** 9 месяцев: с сентября по май.

## **1.3. Принципы формирования программы**

**Системность:** в течение учебного года работа по программе проводится систематически, в определённый день недели. Конкретно запланированная тема может не ограничиваться рамками одного занятия, так как нельзя заранее обозначить всю гамму спонтанно возникающих ситуаций (таких как: дополнительные объяснения, ответы на вопросы, дополнительная игровая ситуация).

**Преимственность взаимодействия взрослых с ребенком в условиях ДОУ и в семье:** для эффективной реализации программы родители выступают активными участниками педагогического процесса и познания внутреннего мира своего ребёнка.

Это реализуется через беседы со своим ребёнком на конкретно предложенные педагогом темы; через родительские встречи содержательного характера, связанные с тематикой программы, на которых обсуждаются достижения детей; через индивидуальные беседы педагога с родителями, если возникают проблемные ситуации в воспитании или в семье; через совместную деятельность детей, родителей и педагога по темам программы; через проведение тренингов.

**Комфортность:** создание атмосферы доброжелательности, вера в силы ребёнка, создание для каждого ситуации успеха и эмоциональной вовлечённости в процессе занятий.

**Личностно ориентированное взаимодействие:** создание условий для раскрепощения и раскрытия, стимулирующих творческую активность ребёнка:

1. Принцип ритуала (начинать и заканчивать каждое занятие каким-либо одинаковым действием);
2. Принцип эмоциональной вовлечённости взрослого (реагируйте на творчество детей, но воздерживайтесь от оценок «хорошо» — «плохо», используйте фразы «это очень интересная идея», «какой живой образ» и т. д.);
3. Принцип личностного общения (все дети могут высказывать своё мнение, но стоит установить правило, которое гласит об уважении индивидуальной позиции каждого ребёнка);
4. Принцип авторства (подписывать работы детей);
5. Принцип диалогического обсуждения (каждый ребёнок может высказаться и быть выслушанным);
6. Принцип похвалы, поощрения (подбадривание своих подопечных);
7. Принцип права на ошибку (каждый имеет право на ошибку, её нужно обернуть в необычное творческое решение).

**Вариативность:** создание условий для самостоятельного выбора ребёнком материалов, способов работы, и степени активности.

#### **1.4. Используемые виды Арт – терапии**

Современная арт-терапия включает множество направлений. В своей работе с детьми, я применяю такие арт-терапевтические методы как:

**Сказкотерапия**– направление практической психологии, которое, использует метафорические ресурсы сказки. Слушая и воспринимая сказки человек, встраивает их в свой жизненный сценарий, формирует его. У

малышей этот процесс, особенно ярко, многие дети просят читать им одну и ту же сказку по много раз.

Сказкотерапия, т.е. работа со сказкой направлена непосредственно на помощь ребёнку. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы.

Сказка позволяет ребёнку сосредоточиться на решении проблемы, показывает возможность, но не дает жестких рекомендаций. Каждая из сказок имеет определенную направленность.

Что могут дать психологические сказки детям?

1. Они рожают у ребенка ощущение, что его понимают, что интересуют его проблемы, что готовы ему оказать посильную помощь. Часто реакция ребенка на эти истории может оказаться для него «единственным способом, которым он «откроет» вам свою душу, расскажет о своих трудностях».

2. В результате работы с «помогающими» историями у детей формируется «механизм самопомощи». Они усваивают такой подход к жизни: «ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдешь и наверняка победишь трудности». Таким образом, они начинают следовать основной идее наших историй: «в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху».

3. Истории представляют детям россыпи возможных вариантов выхода из сложнейших жизненных ситуаций. Они показывают детям, что выход есть всегда, надо только внимательно посмотреть, поискать – и окончание обязательно будет счастливым.

**Цветотерапия** – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

**Песочная терапия.** Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное он приобретает бесценный опыт самовыражения своих чувств, эмоций, переживаний.

**Камнетерапия.**

Основные полезные свойства камнетерапии:

✓ Игры с камнями помогают развивать мелкую моторику рук;

- ✓ В процессе игры у детей развивается тактильная чувствительность;
- ✓ Использование камней способствуют развитию творческого воображения;
- ✓ Манипуляции с камнями оказывают благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка, помогает раскрепоститься на эмоциональное состояние ребенка, помогает раскрепоститься и приучает к концентрации внимания;
- ✓ Процесс игры даже в одиночку очень увлекательный, а в компании со сверстниками способствуют развитию элементарных навыков общения, развитию связной речи;
- ✓ Способствует коррекции асоциального поведения у дошкольников, снятию симптомов тревожности, гиперактивности, замкнутости, формированию умения выражать чувства, повышению самооценки и формированию уверенности в себе;
- ✓ Способствует снятию психоэмоционального напряжения.

**Изотерапия.** Продуктивный вид терапии с внедрением всевозможных средств искусства: лепка, аппликация, рисование, эбру. Это направление способствует освобождению от отрицательных эмоций, снимает нервное напряжение, дает возможность успокоиться и почувствовать удовлетворение от деятельности. При работе с ребенком изотерапия дает много информации о ребёнке и его внутреннем мире: о чём он думает, что чувствует, чего боится, кого и что любит. Дети в буквальном смысле «говорят» с окружающими через свои рисунки. С детьми младшего дошкольного возраста рекомендуется использовать: рисование пальчиками; оттиск печатками из картофеля; рисование ладошками, рисование на воде (эбру).

**Музыкотерапия.** Музыка как вид искусства, такая близкая и необходимая людям, является универсальным средством общения в различных культурных кругах. Это специфический язык, который рождается из личных эмоций и удовлетворяет потребность в эстетических переживаниях. Музыка позволяет большую свободу в проявлении своих эмоций, потому что владеет всей палитрой разнообразных выразительных средств, реализуемых через звуки, в которых преобладают те или иные чувства.

Главная цель музыкально-терапевтической деятельности у детей дошкольного возраста выглядит следующим образом:

- ✓ помощь в общем развитии;
- ✓ улучшение моторики;

- ✓ стимуляция эффективности умственного труда, познавательной деятельности, развитие чувств, внимания и памяти;
- ✓ стимулирующее действие на эстетическое развитие;
- ✓ творческое и эмоциональное развитие, которое благодаря соединению музыки, пластики и поэзии позволяет в полной мере использовать потенциал маленького человека;
- ✓ удовлетворение естественной потребности детей в обучающем развлечении;
- ✓ предоставление возможности свободного самовыражения, собственной вербальной, двигательной, вокальной и эмоциональной экспрессии;
- ✓ снятие эмоционального напряжения;
- ✓ увеличение веры в собственные возможности и повышение самооценки;
- ✓ разблокировка чувств и раскрытие эмоций или напряжения;
- ✓ разрядка, устранение различных негативных эмоций и развитие положительных эмоций;
- ✓ успокоение, расслабление, состояние отдыха или же, наоборот, активации;
- ✓ помощь в избавлении от стресса;
- ✓ устранение агрессии.

**Танцетерапия** - очень увлекательный и приятный способ психокоррекции. Танец - это язык общения тела и души. Танцетерапия дает возможность выразить глубинные подсознательные чувства, скрытые в подсознании эмоции. Вытащив их на поверхность можно избавиться от многих комплексов. Танец снимает мышечные блоки, зажимы, поможет справиться со стрессом, поднять настроение. Танец это не трата энергии, это ее накопление.

## **1.5. Возрастные особенности развития детей**

### **Возрастные особенности детей 2 -3 лет**

В развитии ребёнка третьего года жизни главной фигурой является взрослый, ибо дети зависят от него. Маленькие дети не могут познавать мир, если взрослые не объясняют им постоянно смысл того, что они видят, слышат и т.д. Без помощи взрослого ребёнок ещё не может справиться и со многими бытовыми проблемами; в своих маленьких делах ребёнок часто попадает в трудные и неприятные ситуации. Дети двух-трёх лет нуждаются в



поддержке и одобрении своих маленьких начинаний и свершений. Ему неоткуда ждать понимания и похвалы, кроме как от взрослого.

Ключ к самоуважению ребёнка этого возраста – продолжительные контакты с любящими взрослыми. Дети начинают ценить себя, если их ценят другие.

Несмотря на то, что ребёнок внутренне рассчитывает на поддержку и помощь со стороны взрослых, он в то же время отстаивает себя как субъекта, независимого от других. Внутренний мир детей этого возраста наполнен противоречивыми чувствами зависимости и независимости, уверенности и сомнения, самоуважения и смущения, страха и всемогущества, враждебности и сильной любви, гнева и мягкости, инициативы и пассивности. Малыши борются за независимость и уважение к себе и всё же нуждаются в направлении и поддержке.

Дети нуждаются в том, чтобы им предоставили возможность осуществить выбор, но в то же время они должны чувствовать, что их призывают к дисциплине такими способами, которые не затрагивают их достоинства.

Речью ребёнок овладевает только благодаря стараниям взрослых и в ходе общения с ними. При этом малыш воспринимает речь взрослого только в том случае, если она обращена лично к нему и взрослый смотрит в момент речи на него.

В мир культуры – песен, сказок, рассказов, картин – ребёнка также вводят взрослые. Дети любят повторения: они с удовольствием много раз слушают одну и ту же сказку, любят петь знакомые песни, повторять знакомые действия. Это даёт возможность хорошо овладеть материалом и почувствовать себя уверенно.

Мышление ребёнка данного возраста носит наглядно-действенный характер, познание окружающего мира происходит в процессе предметных манипуляций. Дети этого возраста многократно повторяют так называемые прямые и обратные действия. Они могут по несколько раз вкладывать и вынимать что-то из коробочки или кошелечка, открывать и закрывать замочек сумочки или сундучка, выдвигать и задвигать ящики, застёгивать и расстёгивать различные замки, включать и выключать свет.

Детям интересны все игрушки и предметы, которые двигаются. Озвученные игрушки дают представление о разных способах получения звуковых эффектов: ребёнок пробует нажимать на клавиши, дёргать струны, дуть в свисток, ударять по барабану ладошкой или специальной палочкой.

К трём годам ребёнок осваивает операцию сериации – упорядочивания по размеру. На основе восприятия ребёнок к трём годам учится осуществлять простейшие классификации, например, по цвету, по размеру.

Двухлетние дети испытывают большой интерес к окружающим их предметам. Первое направление освоение мира предметов связано у них с *формированием начальной орудийной деятельности*.

В играх с песком малыш учится копать лопаткой, использовать по назначению грабельки, насыпать песок совочком в ведёрко или формочку.

Дети с удовольствием повторяют за взрослыми действия с различными орудиями и инструментами: пробуют стучать молоточком, закручивать шурупы отвёрткой, пользоваться гаечным ключом.

Начальная орудийная деятельность обеспечивает развитие ручной умелости, мелкой моторики, способствует совершенствованию зрительно-двигательной координации. Каждое орудие требует выполнения определённых движений и в этом смысле создаёт поле требований к ребёнку. Учась действовать с ним, малыш подготавливается к произвольному контролированию своих движений и действий, которое пока ему не доступно. Овладевая навыками самообслуживания, застёгивая пуговицы, развязывая шнурки, ребёнок учится выполнять точные, контролируемые движения, которые должны привести к совершенно определённому результату. Кроме того, дети чувствуют всё большую уверенность в своих силах, поскольку получают опыт воздействия на окружающий мир посредством различных орудий.

Второе направление действий ребёнка с окружающими предметами – *изучение их внутреннего устройства*. Малыш внимательно обследует с помощью всех своих органов чувств, включая вкус и обоняние, внешнюю оболочку каждого предмета. Он использует три типа действий: разобрать на части, сконструировать нечто, заполнить и опустошить полость в предмете.

Ребёнок 2-3 лет может не понимать разницы между живым и неживым и «разобрать на части» живую бабочку так же, как он это делает с пластмассовой машинкой. В этом возрасте такое поведение не является поведением жестокости. Разницу между живым и неживым ребёнок усваивает из наблюдений за отношением к разным объектам взрослого.

Ребёнок 2-3 лет проявляет свои эмоции немедленно, ярко и непосредственно. Он не способен по своей воле «немедленно прекратить реветь», как от него иногда требуют взрослые. Малыша 2-3 лет легко отвлечь и переключить с одного состояния на другое.

Причины негативных эмоций в этом возрасте часто связаны с физическим состоянием. В этом возрасте многие дети проявляют

возрастающие страхи – темноты, вымышленных чудовищ, больших и лохматых собак. Ребёнок может испугаться неожиданного резкого громкого звука, движения.

Положительные эмоции часто всего связаны с требованиями организма: вкусная еда, приятные запахи, приятный контакт со взрослым, активное движение, пение.

### **Возрастные особенности детей 3-4 лет**

Возрастные особенности детей 3–4 лет предполагают переход на новый уровень взаимоотношений взрослого и ребенка. Малыш радуется непривычному игровому познавательному опыту. Ему требуется больше эмоционального общения со взрослым, во время которого он может получить опыт межличностных отношений. Активность, самостоятельность способствуют быстрому физическому, психическому росту ребенка. Важно показать малышу, что его достижения заметили, его успехам рады.

Младшие дошкольники активны и неутомимы. Этот возраст характеризуется бурным становлением эмоциональной сферы ребенка. Дети подвержены перепадам настроения. Их эмоциональная нестабильность прямо пропорциональна физическому комфорту.

Растет речевая активность малышей. Они быстро запоминают новые слова, несложные четверостишия. Память больше акцентирована на узнавание, а не на запоминание.

В 3-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников, а затем косвенно контролироваться взрослыми. Взаимоотношения со сверстниками и взрослыми носят нестабильный характер. Только в общении малыши могут получить необходимую информацию о мире, людях. Любознательность этого возраста помогает развитию элементарных суждений, высказываний.

Осознание собственного «я», сотрудничество со взрослым поможет малышу справиться с новыми возможностями и желаниями. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления малышу большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Важно понять, что характерное для ребенка третьего года жизни требование «я — сам» прежде всего отражает появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень его возможностей. Поэтому задача взрослого — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать веру ребенка в собственные силы, высказывая нетерпение по

поводу его медленных и неумелых действий. Главное в работе с младшими дошкольниками состоит в том, чтобы помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности.

В играх ребенок самостоятельно передает несложный сюжет, пользуется предметами-заместителями, охотно играет вместе со взрослым и детьми, у него есть любимые игры и игрушки. Ребенка отличает высокая речевая активность; его словарь содержит все части речи. Он знает наизусть несколько стихов, потешек, песенок и с удовольствием их повторяет. Ему свойственны высокая эмоциональность, готовность самостоятельно воспроизводить действия и поступки, одобряемые взрослыми.

Возрастные особенности детей 3–4 лет позволяют постепенно перейти к более взрослым формам обучения. Это момент, когда во время игровой деятельности следует подвести детей к самостоятельным активным действиям.

#### **Основные задачи развития малышей:**

- ✓ воспитание эмоциональной стабильности, вежливого отношения к окружающим;
- ✓ развитие любознательности к предметам, действиям, ситуациям, явлениям;
- ✓ обучение различным способам действий с помощью предметной деятельности;
- ✓ развитие способности к сопереживанию.

Доверие и привязанность к воспитателю — необходимые условия хорошего самочувствия и развития ребенка в детском саду. Поэтому следует родителям объяснить своему ребенку о важности взаимоотношений воспитателя и ребенка. Младший дошкольник особенно нуждается в материнской поддержке и заботе воспитателя. В течение дня педагог должен к каждому ребенку проявить свое доброе отношение: приласкать, назвать ласковым именем, погладить. Ощувив любовь воспитателя, младший дошкольник становится более общительным. Он с удовольствием подражает действиям взрослого, видит во взрослых неиссякаемый источник новых игр, действий с предметами. К концу младшего дошкольного возраста начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети.

*ФГОС* подразумевает приобретение детьми к концу учебного года определенных умений, знаний, навыков. При этом следует учитывать баланс между образовательной и игровой деятельностью.

Возрастные особенности детей 3–4 лет (*по ФГОС*) подразумевают развитие мотивации к обучению, творчеству. Важно понять, что необходимо

поощрять интерес, внимание ребенка к окружающей действительности. Тогда у него появится желание самостоятельно продолжить изучение явлений или ситуаций. Любопытство ребенка способствует развитию навыков сотрудничества, взаимопонимания. Осознание себя самостоятельным человеком помогает установить ребенку новые, глубокие отношения с родителями, сверстниками, взрослыми. Появляется собственная позиция, которая помогает осознать, проанализировать свое поведение и поведение окружающих людей.

Возрастные особенности детей 3–4 лет формируют предпосылки к дальнейшей учебной деятельности. Младшие дошкольники с помощью взрослого осваивают элементы и правила коллективных, индивидуальных игр. Это способствует развитию взаимоотношений, становлению личности ребенка, формирует познавательную и творческую активность.

### **1.6. Планируемые результаты освоения программы**

В результативности и несомненной пользе применения арт-терапевтических приемов в работе с детьми убеждает следующее:

- ✓ уменьшается чувство тревожности, повышается уровень внимания, снимается излишняя агрессивность.

- ✓ создается комфортный психологический климат в группах: доброжелательность, открытость, откровенность;

- ✓ идет развитие речи и коммуникативных навыков; умение четко и ёмко излагать свои мысли;

Усвоение программы «Арт-студия «Гармония» будет способствовать:

- ✓ повышению уровня адаптированности к условиям ДОУ;

- ✓ снижению уровня эмоционального и мышечного напряжения;

- ✓ снижению уровня импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;

- ✓ развитию навыков взаимодействия детей друг с другом;

- ✓ развитию внимания, восприятия, речи, воображения.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Структура и форма занятий

#### Структура занятия.

Каждое занятие имеет свою структуру и состоит из нескольких этапов: приветствие, разминка, основное содержание, рефлексия, прощание.

Этапы работы	Комментарий
<b>Ритуал приветствия (1 минута)</b>	Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
<b>Разминка (1-2 минуты) - воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.</b>	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
<b>Основное содержание занятия (6-10 минут) – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, сказкотерапия, камнетерапия, музыкатерапия, песочная терапия).</b>	Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
<b>Рефлексия (1 минута) – оценка занятия (беседы).</b>	Эмоциональная оценка проделанной работы (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему).
<b>Ритуал прощания (1 минута)</b>	По аналогии с ритуалом приветствия.

**Форма занятий:** групповая.

**Участники:** педагог – психолог, дети 2-3, 3-4 лет (оптимальное количество детей 4-5 человек.)

**Режим занятий:** 1 раз в неделю; дети 2-3 лет: 10 минут, дети 3-4 лет: 15 минут, 4 занятия в месяц, всего 28 занятий.

Занятия с детьми первой младшей группы (2-3 года) и второй младшей группы (3-4 года) проводятся по единой структуре, имеют единое календарно-тематическое планирование, но в первой младшей группе сокращено время основного содержания занятия до 6 минут.

## 2.2. Календарно-тематическое планирование

Месяц	Название занятия	Цель занятия	Задачи занятия
сентябрь	«Волшебная комната»	Знакомство с педагогом, с кабинетом	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ установить контакт;</li> <li>✓ знакомство с правилами поведения в кабинете психолога;</li> <li>✓ знакомство с техникой безопасности на занятиях</li> </ul>
	«Волшебная песочная страна»	Снятие психоэмоционального напряжения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>
	«Добрые волшебники»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ снижать уровень тревожности;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
	«Песочные превращения»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью песочной терапии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>

октябрь	«Музыкальная страна»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень психоэмоционального напряжения через музыку и танцы;</li> <li>✓ обучать приемам ауторелаксации.</li> </ul>
	«Песочные превращения»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью песочной терапии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Музыкальная страна»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень психоэмоционального напряжения через музыку и танцы;</li> <li>✓ обучать приемам ауторелаксации.</li> </ul>
	«Волшебное водное царство»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью воды.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
ноябрь	«В гостях у волшебной феи»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>
	«Волшебная песочная страна»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ упражнять детей в умении отражать в речи свои чувства и эмоции, стимулировать желание и интерес работать с песком;</li> <li>✓ развивать тактильно-кинестическую чувствительность, творческий потенциал;</li> <li>✓ тренировать мелкую моторику пальцев рук;</li> <li>✓ формировать установку на положительное отношение к себе, повышать самооценку.</li> <li>✓</li> </ul>



	«В гостях у песочной феи»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ развивать у детей тактильную чувствительность, мелкую моторику рук, коммуникативные навыки общения со сверстниками;</li> <li>✓ -формировать познавательную функцию, речь, активизировать словарь;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> <li>✓</li> </ul>
	«Разноцветные лучики»	Создание условий для сенсорного развития детей младшего дошкольного возраста; развитие мыслительных операций и доброжелательного отношения друг к другу.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Способствовать развитию внимания, мелкой моторики рук, мыслительных операций, сенсорных эталонов; создавать условия для активизации выражения «<i>разноцветные</i>»;</li> <li>✓ Способствовать воспитанию доброжелательного отношения друг к другу.</li> </ul>
декабрь	«Цветочная полянка»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>
	«Веселое путешествие»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать умение различать предметы по цвету;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ формировать умение снимать мышечное напряжение</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>
	«В гости к елочке»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ снижать уровень тревожности;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
	«Подарки для ребят»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ снижать уровень тревожности;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>

январь	«Путешествие в волшебную страну красок»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ учить детей рисовать с использованием трубочки</li> <li>✓ учить детей действовать согласованно</li> <li>✓ развивать интерес к изобразительной деятельности, развивать творческую индивидуальность, воображение</li> <li>✓ воспитывать доброжелательность, стремление помочь.</li> <li>✓ формировать установку на положительное отношение к себе, повышать самооценку.</li> </ul>
	«Песочные превращения»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью песочной терапии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Волшебное водное царство»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью воды.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Волшебные камушки»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать умение различать предметы по цвету;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ формировать умение снимать мышечное напряжение;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
февраль	«Веселое путешествие»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ упражнять детей в умении отражать в речи свои чувства и эмоции, стимулировать желание и интерес работать с песком;</li> <li>✓ развивать тактильно-кинестическую чувствительность, творческий потенциал;</li> <li>✓ тренировать мелкую моторику пальцев рук;</li> </ul> <p>формировать установку на положительное отношение к себе, повышать самооценку.</p>

	«Заколдованный город»	Снижение уровня тревожности	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ развивать коммуникативные навыки, умение договариваться, прислушиваться к себе и мнению других;</li> <li>✓ способствовать снижению уровня тревожности;</li> <li>✓ развивать тактильную чувствительность.</li> </ul>
	«В гостях у Золушки»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ способствовать снижению уровня тревожности;</li> <li>✓ развивать тактильную чувствительность;</li> <li>✓ развивать мелкую моторику через игру с крупами.</li> </ul>
	«Добрые волшебники»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ снижать уровень тревожности;</li> <li>развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
март	«Весёлые кляксы»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ способствовать снижению уровня тревожности;</li> <li>✓ способствовать проявлению детского творчества в работе с нетрадиционным материалом;</li> </ul>
	«Мамин праздник»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Радужный песок»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ способствовать снижению уровня тревожности;</li> <li>✓ способствовать проявлению детского творчества в работе с нетрадиционным материалом;</li> </ul>
	«Весёлые гномы»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ продолжать обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>

апрель	«Волшебные ракушки»	Развитие коммуникативных навыков, гармонизация психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать умение различать предметы по форме;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ формировать умение снимать мышечное напряжение;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
	«Веселое путешествие»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать умение различать предметы по цвету;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ формировать умение снимать мышечное напряжение</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение</li> </ul>
	«Песочные превращения»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью песочной терапии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Цветочная полянка»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ продолжать обучать работе в технике эбру;</li> <li>✓ развивать познавательные процессы;</li> <li>✓ развивать зрительно-моторную координацию;</li> <li>✓ развивать зрительно-пространственную ориентацию;</li> <li>развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
май	«В гостях у песочной феи»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ развивать у детей тактильную чувствительность, мелкую моторику рук, коммуникативные навыки общения со сверстниками;</li> <li>✓ -формировать познавательную функцию, речь, активизировать словарь;</li> <li>✓ развивать фантазию и воображение.</li> </ul>
	«Музыкальная страна»	Снижение психоэмоционального напряжения, импульсивности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень психоэмоционального напряжения через музыку и танцы;</li> <li>✓ обучать приемам ауторелаксации.</li> </ul>

	«Волшебное водное царство»	Стабилизация психоэмоционального состояния с помощью воды.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ снижать уровень тревожности, агрессивности;</li> <li>✓ через познавательную деятельность детей развивать коммуникативные навыки и речь, фантазию и воображение;</li> <li>✓ совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую гимнастику;</li> <li>✓ стимулировать развитие сенсорно-перцептивной сферы, тактильно-кинестической чувствительности;</li> <li>✓ усиливать познавательный интерес и расширять кругозор.</li> </ul>
	«Путешествие в волшебную страну красок»	Снижение эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ учить детей рисовать с использованием трубочки</li> <li>✓ учить детей действовать согласованно</li> <li>✓ развивать интерес к изобразительной деятельности, развивать творческую индивидуальность, воображение</li> <li>✓ воспитывать доброжелательность, стремление помочь.</li> <li>✓ формировать установку на положительное отношение к себе, повышать самооценку.</li> </ul>

### 2.3. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Программа предполагает первичную и итоговую диагностику уровня адаптированности детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации, с целью выявления динамики изменений.

Психологическая диагностика результативности проводимой психологопедагогической работы включает в себя следующие оцениваемые компоненты:

- общий эмоциональный фон;
- развитие познавательной и игровой деятельности;
- взаимоотношения ребенка со взрослыми;
- взаимоотношения со сверстниками; - реакция ребенка на изменения

привычной ситуации

#### Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Эффективность реализации профилактической психологопедагогической программы адаптационных мероприятий для детей раннего возраста отслеживается по следующим критериям и показателям:

Критерии	Показатели адаптированности	Технологический инструментарий
Успешная адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения	общий эмоциональный фон (ребенка преобладает радостное, или устойчиво – спокойное эмоциональное состояние)	Диагностика уровня адаптированности детей к дошкольному учреждению Р.Р. Калинина
	развитие познавательной и игровой деятельности (ребенок активно манипулирует окружающими предметами, учитывая их специфическое назначение (машинку катает, а не грызет))	
	взаимоотношения ребенка со взрослыми (ребенок активно контактирует со взрослыми)	
	взаимоотношения со сверстниками (ребенок самостоятельно вступает в контакт с детьми)	
	реакция ребенка на изменения привычной ситуации (ребенок легко адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников))	

## **2.4. Взаимодействие педагога-психолога с семьями воспитанников**

Взаимодействие с родителями производить через наглядно – информационную пропаганду, индивидуальные и групповые консультации и носит характер сотрудничества. Принцип взаимодействия с родителями носит целенаправленный, систематичный, плановый характер, дифференцировано с учетом специфики каждой семьи, с соблюдением доброжелательности и открытости.

### **Ш. Организационный раздел**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение программы**

Для успешной реализации Программы необходимы следующие условия обучения:

*Материальное обеспечение программы:*

- ✓ Помещение – просторный, проветриваемый кабинет с достаточным количеством рабочих мест;
- ✓ Материалы для практических и творческих работ,
- ✓ Информационно-методическое сопровождение (пакет технологико-методических материалов).

*Методическое обеспечение программы:*

- ✓ методические рекомендации,
- ✓ методическая работа,
- ✓ воспитательный аспект программы.

*Дидактическое обеспечение:*

- ✓ наглядные пособия (иллюстрации, таблицы, видеоматериал, презентации, карточки для заданий),
- ✓ методическая копилка (разработки занятий, сценарии и т.д.);

*Диагностическое обеспечение:*

- ✓ тесты,
- ✓ срезы
- ✓ знаний и др.

*Информационное обеспечение:*

- ✓ литература для педагога, для детей и родителей.

В программе заложены воспитательные мероприятия. Воспитательная работа – это сфера наибольшего благоприятствования для развития работы с учащимися и воспитанниками. В процессе организованного воспитательного процесса дети овладевают разными ролями в сотрудничестве со сверстниками, педагогом, увеличивая тем самым свой арсенал познавательных стратегий, приобретают различные формы познавательной и коммуникативной деятельности, что приводит к более эффективной самореализации детей и сохранению их индивидуальности.

В воспитательной работе обеспечивается тесная связь трех компонентов: семья (родители и ребенок) – педагог. Повышение духовных запросов ребенка и родителей с помощью творчества, вовлечение родителей в процесс обучения.

Для организации и осуществления воспитательно-образовательного процесса с воспитанниками дошкольно-эстетического объединения необходим ряд материальных компонентов, обеспечивающих его эффективность:

В качестве песочницы используется большой водонепроницаемый ящик.



Для групповой работы используется песочница размером 100 x 140 x 8 см.

Материалом, из которого изготовлена песочница, является дерево. Цвет - естественный цвет дерева и голубой цвет дна и борта. Дно символизирует воду, а борта — небо. Голубой цвет оказывает на человека умиротворяющее воздействие. Кроме того, наполнена песком «голубая» песочница являет собой миниатюрную модель нашей планеты в человеческом восприятии.

Для организации игр с песком необходим набор миниатюрных предметов и игрушек, в совокупности символизирующих мир:

- ✓ люди, разнообразные по полу, возрасту, культурной и национальной принадлежности, профессиям, эпохе (от первобытных до современных,) позы должны быть как динамические, так и статические;

- ✓ наземные животные (домашние, дикие, доисторические);

- ✓ летающие животные (дикие, домашние, доисторические);

- ✓ обитатели водного мира (разнообразные рыбы, млекопитающие, моллюски, крабы);

- ✓ жилища с мебелью (дома, дворцы, замки, другие постройки, мебель различных эпох, культур и назначения);

- ✓ домашняя утварь (посуда, предметы обихода, убранства стола);

- ✓ деревья и другие растения (цветы, трава, кустарники, зелень и пр.);

- ✓ объекты небесного пространства (солнце, луна, звезды, радуга, облака);

- ✓ транспортные средства (наземный, водный, воздушный транспорт гражданского и военного назначения, фантастические транспортные средства);

- ✓ объекты среды обитания человека (заборы, изгороди, мосты, ворота, дорожные знаки);

- ✓ объекты ландшафта и естественной активности Земли (вулканы, горы);

- ✓ аксессуары (бусы, маски, ткани, пуговицы, пряжки, ювелирные изделия и пр.);

- ✓ естественные природные предметы (кристаллы, камни, раковины, куски дерева, металла, семена, перья, отполированные водой стеклышки и пр.);

- ✓ фантастические предметы и персонажи мультфильмов, фэнтези, фигурки-оборотни;

- ✓ злодеи (злые персонажи мультфильмов, мифов, сказок).

Для рисования в стиле ЭБРУ необходим следующий инструментарий:

- ✓ лоток для воды;

- ✓ акриловые краски;

- ✓ загуститель;

- ✓ инструменты для рисования (кисточки, скребки, гребни и др.)

**3.2. Расписание занятий «Арт-студия «Гармония» на 2022-2023 учебный год**

Группа	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
группа раннего развития № 1	15:30 -15:40				
вторая младшая группа №2	16:00 -16.15				
вторая младшая группа № 4		16:00 -16:15			
вторая младшая группа № 5		16:25 -16:40			

#### **IV. Список использованной литературы**

1. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду», ТЦ «Сфера», М., 2003г.
2. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
3. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб. «Речь», 2006 г.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
6. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», Спб, Речь, 2007г.
7. Кремлякова А.Ю. «Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ» - СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2013 г.
8. Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
9. Моница Г.Б., Ларечина Е.В. «Игры для детей от года до трех лет», Спб, «Речь», 2008г.
10. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, Спб, 2007 г.
11. Сакович Н.А. «Технология игры в песок – Игры на мосту», Спб, «Речь», 2008г.
12. Федосеева М.А. «Занятия с детьми 3-7 лет по развитию эмоционально-коммуникативной и познавательной сфер средствами песочной терапии», Волгоград: Учитель, 2016
13. Штейнхард Л. «Юнгианская песочная психотерапия», Спб, «Питер», 2001г.