

**МИНИОБРНАУКИ РОССИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(Филиал ЮФУ в г. Геленджике)

ул. Заставная, д.10 А., г. Геленджик, 353461  
Тел/факс (86141)94-5-84, 5-61-63,94-2-60 e-mail: [gel\\_f@sfedu.ru](mailto:gel_f@sfedu.ru); [www.gelsfedu.ru](http://www.gelsfedu.ru)  
ОКПО 41337266, ОРГН 1026103165241 ИНН/КПП6163027810/230431001

**РЕЦЕНЗИЯ**

**на психолого-педагогическую программу по профилактике  
эмоционального выгорания педагогов «Антистресс»**

Автор-составитель: Сокуренько Анна Александровна.

Учреждение: муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 2 «Светлячок» муниципального образования город-курорт Геленджик.

Развитие навыков эмоциональной саморегуляции является одной из важнейших сторон профессиональной и личностной подготовки педагога. Саморегуляция помогает сохранять работоспособность, эффективно взаимодействовать с обучающимися и коллегами, получать удовлетворение от педагогической деятельности, поддерживать хорошую физическую и психологическую форму и избегать эмоционального выгорания.

*Актуальность* рецензируемой программы обусловлена тем, что своевременная профилактика и выявление признаков профессионального выгорания на начальной стадии способствует восстановлению здоровья и защитных ресурсов организма педагога, необходимых для конструктивного взаимодействия всех участников образовательного процесса.

Кроме того, программа обладает определенной практической *новизной*, поскольку в занятиях с педагогами используются антистрессовые кинезиологические упражнения, применяемые для активизации стволовых структур мозга и межполушарного взаимодействия, концентрации внимания, нормализации дыхательного и сердечного ритма, а также для снятия мышечного напряжения и снижения уровня тревожности.

Основная *цель* программы: повышение уровня психолого-педагогической компетентности педагогов в вопросах психического здоровья и профилактики эмоционального выгорания, гармонизация психоэмоционального состояния.

Программа рассчитана на 8 тренинговых занятий, включает входной и итоговый диагностический блок. Занятия в рамках программы проводятся 1 раз в месяц. Целевой аудиторией являются педагогические работники дошкольных образовательных учреждений.

При составлении программы автором учитывались требования

- Профессионального стандарта к системе личностных качеств и профессиональных компетенций педагога-профессионала;
- ФГОС ДО как основы «формирования содержания профессионального образования и дополнительного профессионального образования педагогических работников, а также проведения их аттестации» (п.1,7).

Реализация данной программы в дошкольном образовательном учреждении способствует:


- формированию мотивации педагогов, направленной на самопознание и самореализацию;
- приобретению педагогами знаний о методах и приемах снятия психоэмоционального напряжения;
- повышению самооценки участников;
- развитию коммуникативной компетентности и навыков конструктивного реагирования в сложных ситуациях;
- гармонизации социально-психологического климата в коллективе.

Несомненными достоинствами данной программы являются подробное описание конспектов занятий с теоретическими и практическими блоками, а также представленный диагностический инструментарий для оценки эффективности реализации программы.

Учет современных требований, предъявляемых Профессиональным стандартом педагога, актуальность и интересное содержание позволяют нам рекомендовать психолого-педагогическую программу «Антистресс» для использования в работе педагогов-психологов дошкольных образовательных учреждений.

«13» сентября 2022 г.

Рецензент: к.филол.н., доцент  
кафедры ЕиГН филиала ЮФУ  
в г. Геленджике

 О. П. Каребина

Подпись доцента О.П. Каребиной заверяю

Директор филиала ЮФУ в г. Геленджике \_\_\_\_\_ О. А. Фоменко

