

Управление образования, спорта и молодежной политика администрации
Тоншаевского муниципального округа Нижегородской области

ПРИНЯТ
на заседании РМО воспитателей МДОУ
(протокол от 08.09.2022 г. №1)

Заведующий ИМК



СОГЛАСОВАН
С.А.Чернышова
09.09.2022

План
работы районного методического
объединения
«Эмоциональная стабильность педагога ДОУ»
на 2022 -2023 учебный год

Руководитель:
Клешнина Юлия Николаевна
педагог-психолог
МДОУ «Детский сад № 2 «Колосок»

Цель: формирование компетенций педагога по управлению и стабилизации эмоционального состояния.

Задачи:

1. Изучение понятия «эмоциональная стабильность», и ее важность в деятельности педагога дошкольной образовательной организации;
2. Овладение методами регулирования эмоциональных состояний;
3. Внедрение в практику методик, позволяющих сохранять эмоциональную устойчивость.

№	Тема	Содержание	Дата
1	Эмоциональная стабильность. Понятие, актуальность и важность проблемы.	<ul style="list-style-type: none">- Знакомство;- Ознакомление с целями и задачами РМО, создать мотивацию на продуктивную деятельность в данном направлении;- Ознакомление с понятием «эмоции», «эмоциональная стабильность».- Создание портрета эмоционально-стабильного педагога.- Домашнее задание: эссе-размышление по метафоре (Придумать метафору к понятию «Эмоциональная стабильность»).	8 Сентября
2	Эмоциональный интеллект как ресурс эмоциональной стабильности	<ul style="list-style-type: none">- Обсуждение Домашнего задания-метафор;- Понятие «Эмоциональный интеллект»;- Элементы психогимнастики, направленные на развитие ЭИ, которые можно проводить с детьми (по группам или индивидуально);- Домашнее задание «Дневник эмоций» попробовать записывать и анализировать эмоции, и поделиться	23 Ноябрь

		впечатлениями (было ли полезно, сделаны ли какие-то выводы).	
3	<p>Стресс как фактор риска нарушения эмоциональной стабильности.</p> <p>Синдром эмоционального выгорания. Понятие, симптоматика, профилактика.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Обсуждение домашнего задания, впечатления от отслеживания эмоций и их причин, последствий; - Понятие «стресс», формы, польза и вред; - Тренинговые упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения; - Ознакомление с понятием «эмоциональное выгорание»; - Экспресс-диагностика уровня эмоционального выгорания; анализ и обсуждение полученных результатов; - работа в микро-группах «План действий по недопущению эм.выгорания» и презентация; - Домашнее задание: Провести в своем коллективе профилактическое мероприятие, направленное на снятие эмоционального напряжения (к маю). 	16 Март
4	Обсуждение итогов деятельности РМО.	<ul style="list-style-type: none"> - Обсуждение личного опыта использования средств самопомощи в состоянии стресса; - Обмен опытом работы по профилактике стресса в коллективе (презентация о проделанной профилактической работе); - Подведение итогов деятельности РМО. 	18 Май