Выступление на конференции

**"Особенности воспитания детей дошкольного возраста: подходы и решения"**

Тема выступления:

**«Особенности проявления агрессивности у детей дошкольного возраста.**

**Использование игр и упражнений**

**для снятия агрессивных проявлений**

**у ребенка»**

Выступление подготовила

социальный педагог

МБДОУ «Детский сад № 38»

Патракова Оксана Владимировна

г. Лысьва

2017г.

## Содержание:

## 1.Понятие агрессивное поведение дошкольника

2. Формирование детской агрессивности

3.  Варианты проявления детской агрессивности

4. Работа по коррекции детской агрессивности

5. Диагностика детской агрессивности

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Цикл занятий на снятие агрессии

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

**Упражнения и игры**, **направленные на снижение агрессивности у дошкольников**

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Диагностическая методика «Кактус»

Список используемой литературы

Одна из частых проблем в среде детского коллектива – проявление **агрессивности**. **Агрессивность** – это свойство личности, выражающееся в готовности к **агрессии**. Те или иные формы ее характерны для большинства **дошкольников**. Рост **агрессивных тенденций**, распространение насилия и жестокости, отмечаемые в детской среде, вызывают озабоченность педагогов и **родителей**. Особое беспокойство вызывает культ насилия на экране, демонстрация моделей **агрессивного** поведения в средствах массовой информации, а также увлеченность современных **детей** видео и компьютерными играми **агрессивного содержания**.

**Агрессивный** ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе. С проблемой **агрессивного поведения детей** так или иначе сталкиваются родители, педагоги, психологи. В современной психологии накоплен определенный опыт исследования **агрессивного поведения детей**. Различные подходы в этой области **разрабатываются** отечественными учеными *(Э. Ш. Бубнова, Е. Е. Копченова, А. А. Реан)*. Предлагаются способы и **методы коррекции агрессивного поведения детей**(Е. К. Лютова, Г. Б. Монина, Н. В. Клюева, Ю. В. Касаткина, А. А. Романов).

Очень многим детям **дошкольного возраста свойственна агрессивность**. **Агрессивное** поведение нельзя рассматривать однозначно отрицательно. С одной стороны, оно является врожденным защитным механизмом, способствующим адаптации и выживанию в социальной среде. С другой – может серьезно осложнять жизнь ребенка, негативно влиять на его контакты с окружающими людьми и на личностное развитие в целом. В детском саду часто можно встретить **детей**, отличающихся ярко выраженной **агрессивностью**: они постоянно дерутся, толкаются, ссорятся, обзывают других **детей**, отнимают у них игрушки. Следует отметить, что среди **агрессивных детей** чаще бывает обычно немного (один, два, они создают напряженную атмосферу в группе: остальные дети стараются ответить им тем же, и общая **агрессивность группы возрастает**.

Настоящая методическая разработка составлена с учетом ФГОС, реализующих задач в **дошкольном** образовательном учреждении, одной из которых является создание условий для своевременного и полноценного психического развития каждого ребенка.

Поводом для составления цикла занятий послужило обращение воспитателя старшей логопедической группы **на конфликтность и агрессивность ребенка по отношению к вновь пришедшим детям.** Его склонность к *«взрывному»* и импульсивному поведению, трудности по взаимодействию со сверстниками.

Данный цикл коррекционных занятий предназначен для **ребенка старшего дошкольного возраста.**

Занятия проводятся с февраля по апрель 2017г.(всего 12 **занятий)**. Продолжительность занятий 20 - 25 минут 1 раз в неделю. Реализуется в детском саду социальным педагогом **и воспитателем совместно.**

Целью **коррекционных** — развивающей программы будет — преодоление **агрессивного поведения у ребенка старшего дошкольного возраста**.

**Формирование детской агрессивности**

Жизнь ребёнка в первые годы всецело зависит от родителей: они дают ему еду, защиту, обслуживают и согревают чувством любви и принятия. Одним из механизмов привлечения ребёнком внимания к себе, способом добиться своих целей уже тогда являются проявления агрессивности. Поэтому первые проявления агрессивности у ребёнка видны уже на третьем месяце его жизни: он стучит ножками, бьёт ручками, пытаясь привлечь к себе внимание. Вариантов реагирования родителями на действия ребёнка много. Но есть крайние из них, которые могут привести к тому, что ребёнок вырастет чрезвычайно агрессивным: родители мгновенно выполняют все требования ребёнка, родители вообще не обращают на него внимания. В первом случае наблюдается чрезмерная предупредительность родителей, а во втором – эмоциональное отвержение родителями ребёнка. Но даже при адекватной реакции родителей на подобную активность маленького ребёнка, направленную на достижение желаемого, может вырасти агрессивный ребёнок.

Попав в ситуацию, когда его потребности не удовлетворены, ребёнок реагирует отрицательными эмоциями. Это могут быть гнев, ярость, тревога, страх. Для восстановления психологического комфорта ребёнок должен либо изменить ситуацию в нужном ему направлении, либо восстановить своё эмоциональное равновесие, несмотря на неблагоприятную ситуацию. Управляемые механизмы психологической защиты у детей ещё не сформированы. Поэтому дети обычно стремятся изменить ситуацию, и нередко – с помощью агрессии. Если подобное поведение ребёнка вызывает неодобрение у взрослых, ребёнок будет учиться контролировать свою агрессию. Развитие внутреннего контроля часто идёт с помощью процесса идентификации – стремления поступать как знакомый человек.

Таким образом, формирование агрессивного поведения у детей во многом зависит от окружающих их взрослых: от их реакции на поведение детей, от личного примера взрослых.

**Варианты проявления детской агрессивности**

Классифицировать проявления агрессивного поведения детей можно по-разному.

Положив в основу классификации проявления детской агрессии, можно выделить четыре категории детей:

1. Дети, склонные к проявлению физической агрессии активны, деятельны, целеустремлённы, отличаются решительностью, склонностью к риску, бесцеремонностью, авантюризмом. Они любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми, проявлять садистские тенденции. Эти дети отличаются малой рассудительностью и сдержанностью, плохим самоконтролем. Они действуют импульсивно и непродуманно, игнорируя этические нормы, моральные ограничения.
2. Дети, склонные к проявлению вербальной агрессии, отличаются психической неуравновешенностью, постоянной тревожностью, сомнениями и неуверенностью в себе. Они активны и работоспособны, но в эмоциональных проявлениях склонны к сниженному фону настроения. Поэтому часто внешне производят впечатление угрюмых, недоступных, высокомерных. Так же их отличает и низкая фрустрационная толерантность. Малейшие неприятности выбивают их из колеи. Свои чувства и отношение к окружающим они не скрывают и выражают их в агрессивных вербальных формах.
3. Дети, склонные к проявлению косвенной агрессии, отличаются чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, недостаточной социализацией влечений и низкой осознанностью своих действий. Они с удовольствием отдаются чувственным наслаждениям, стремятся к немедленному удовлетворению своих потребностей, не считаясь с обстоятельствами, моральными нормами, этическими стандартами и желаниями окружающих. Эти дети очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес.
4. Дети, склонные к проявлению негативизма, отличаются повышенной ранимостью и впечатлительностью, эгоистичностью, самодовольством, чрезмерным самомнением. Критику, равнодушие окружающих воспринимают как обиду и оскорбление и начинают сразу активно выражать своё негативное отношение.

Если за основу классификации брать движущие силы, мотивацию агрессии, то можно выделить:

1. импульсивно-демонстративный тип. Главная цель у ребёнка – продемонстрировать себя, обратить на себя внимание. Дети игнорируют нормы и правила поведения, ведут себя шумно, демонстративно обижаются, кричат.
2. нормативно-инструментальный тип. Агрессивные действия детей выступают как средство достижения какой-либо конкретной цели – получения нужного предмета, роли в игре, выигрыша у своих партнёров.
3. целенаправленно-враждебный тип. Нанесение вреда другому является самоцелью этих детей. Они получают удовольствие от самих действий, приносящих боль и унижение другим людям. В основном такие дети используют прямую агрессию. Грубое физическое воздействие, отличающееся особой жестокостью и хладнокровием, они применяют чаще к выбранной жертве постоянно.

**Работа по коррекции детской агрессивности**

**Диагностика детской агрессивности**

Любая деятельность психолога по коррекции начинается с запроса о возникших трудностях в поведении ребёнка. Запрос может поступить от родителей ребёнка, педагога. Любой запрос необходимо уточнить. Привлекая для обсуждения всех участников происходящих событий. После получения первичной информации проводится диагностика. Она может проводится с педагогами, родителями, ребёнком, целым классом. При исследовании агрессивного поведения чаще всего применяют метод наблюдения, опрос и анкетирование.

Все [взрослые](http://www.manrise.ru/) (администрация, педагоги, родители) могут ответить на вопросы опросника Гребенкина Е. В. «Исследование уровня насилия в школе».

Педагогам так же предлагается заполнить «Карту наблюдений» Д. Стотта, анкету «Критерии агрессивности ребёнка» Лаврентьевой Г. П., Титаренко Т. М., «Карту наблюдений за поведением ребёнка в школе».

Родителям можно предложить анкеты с вопросами о поведении ребёнка, чертах его характера, стиле общения с ним, тест «Агрессивен ли ваш ребёнок», опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ) Эйдемиллера Э. Г., Юстицкис В. В., «Тест-опросник родительского отношения» (ОРО) Варга А. Я., Стлина В. В.

Детям продиагностике агрессивности предлагают методика «Как ты поступишь» (на основе метода «Незаконченных предложений»), опросник А. Басса и А. Дарки, методику изучения самооценки Т. Дембо, С. Я. Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, фрустрационный тест С. Розенцвейга (детский вариант), проективные методики «Кактус», «Рисунок несуществующего животного», «Рисунок семьи», «Дом – дерево – человек».

Настоящая методическая разработка составлена с учетом ФГОС, реализующих задач в **дошкольном** образовательном учреждении, одной из которых является создание условий для своевременного и полноценного психического развития каждого ребенка.

Поводом для составления цикла занятий послужило обращение воспитателя старшей логопедической группы  **на конфликтность и агрессивность ребенка по отношению к вновь пришедшим детям.** Его склонность к *«взрывному»* и импульсивному поведению, трудности по взаимодействию со сверстниками.

Социальный педагог провела с этим ребенком диагностику по методике Панфилова М.А. и выявила наличие:агрессивности, импульсивности, эгоцентризма, стремление к лидерству и тревожности.С целью коррекции данных проявлений был подобран цикл коррекционных занятий и упражнений.

Занятия проводятся с февраля по апрель 2017г. (всего 12**занятий).**Продолжительность занятий 20 - 25 минут 1 раз в неделю. Реализуется в детском саду социальным педагогом **и воспитателем совместно.**

**Целью коррекционной работы социального педагога** будет преодоление **агрессивного поведения у ребенка старшего дошкольного возраста.**

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Цикл коррекционных занятий**

**Занятие № 1.**

1. Приветствие.
2. Игра «Клубочек». Дети садятся в круг, ведущий держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой интересующий его вопрос участнику игры, тот ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает вопрос следующему игроку. Таким образом, в конце игры клубок возвращается к ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, сплачиваются.
3. Выработка правил поведения на занятиях.
4. Игра «Рукавички». Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскидывает рукавички с одинаковым орнаментом, но не раскрашенным, по помещению. Дети разбредаются по залу, отыскивают свою «пару», отходят в уголок и с помощью трех карандашей разного цвета стараются как можно быстрее раскрасить совершенно одинаково рукавички.
5. Танец под музыку.
6. Релаксация « Спящий котенок».

**Занятие № 2.**

1. Приветствие. Упражнение «Перекличка - путанка».

     Цель: Развитие произвольного внимания.

Психолог называет фамилии и имена присутствующих, путая при этом то имя, то фамилию. Дети внимательно  слушают и откликаются только тогда, когда правильно названы имя и фамилия. Кто ошибается,  выбывает из игры.

1. Рефлексия прошлого занятия. Обсуждение правил поведения на занятиях.
2. Игра «Секрет». Всем участникам ведущий раздает по «секрету» из красивого сундучка (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.д.), кладет в ладошку и зажимает кулачок. Участники ходят по помещению и, разъедаемые любопытством, находят способы уговорить каждого, показать ему свой секрет.
3. Упражнение «Рисунок с закрытыми глазами». Обсуждение рисунков.
4. Игра «Дотронься до…» Все играющие одеты по-разному. Ведущий выкрикивает: «Дотронься до…синего!» Все должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета. Цвета периодически меняются, кто не успел -  ведущий.
5. Релаксация «Тучка». (Представьте себе теплый, чудесный день(звучит музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды и горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

**Занятие № 3.**

1. Приветствие «Дружба начинается с улыбки». Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую улыбку, какая есть, улыбку по очереди.
2. Разыгрывание ситуации: В группу пришли два игрушечных медвежонка. На глазах у детей они поссорились, так как один из них хотел поиграть новой большой машиной, с которой уже играл его товарищ. Пока медвежата ссорились, воспитатель позвал всех на прогулку. Так никто из драчунов и не успел поиграть с машинкой. Из-за этого они поссорились еще больше. Педагог-психолог просит помирить медвежат. Каждый ребенок по кругу предлагает свое решение. Затем несколько из предложенных вариантов разыгрываются парами детей.
3. Игра «Гнездышко». Дети присели в кругу, взявшись за руки – это гнездышко. Внутри сидит птичка. Снаружи летает еще одна птичка и дает команду: «Птичка вылетает!» Гнездо рассыпается и все летают, как птицы. Ведущий командует: «В гнездо!» Опять приседают. Кто не успел – ведущий.
4. Игра «Ругаемся овощами» Детям предлагается поругаться, но не плохими словами, а… овощами: «Ты – огурец», «А ты -  редиска», «Ты – морковка», «А ты – тыква».
5. Упражнение «Возьми себя в руки». Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека».
6. Релаксация «Поза покоя».

(Дети сидят на стульях в позе покоя)

Все умеют танцевать,

Прыгать, бегать, рисовать,

         Но не все пока умеют

Расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая -

        Очень легкая, простая,

Замедляется движенье,

Исчезает напряженье…

И становиться понятно –

Расслабление приятно!

**Занятие № 4.**

1. Приветствие «Дружба начинается с улыбки».
2. Игра «Запрещенное движение». Замечание: запрещенных движений может быть около семи.
3. Упражнение «Тренируем эмоции».

Попросите ребенка: нахмуриться как:

-осенняя туча;

-рассерженный человек;

-злая волшебница.

Улыбнуться как:

-кот на солнце;

-само солнце;

-как хитрая лиса;

-как радостный ребенок;

-как будто ты увидел чудо.

Позлись, как:

-ребенок, у которого отняли мороженное;

-два барана на мосту;

-как человек, которого ударили;

Испугайся, как:

-ребенок, потерявшийся в лесу;

-заяц, увидевший волка;

-котенок, на которого лает собака;

Устань, как:

-человек, поднявший тяжелый груз;

-муравей, притащивший большую муху.

Отдохни, как:

-ребенок, который много потрудился, но помог взрослым;

-как уставший воин, после победы.

1. Игра  «Жужа». Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляться перед ней.

                          «Жужа, Жужа выходи,

                            Жужа, Жужа, догони!»

        «Жужа» смотрит из окошка своего домика (со стула),

        показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети

        заходят за «волшебную черту» выбегает и ловит детей.

        Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в

        плен «Жужи»).

1. Релаксация «Сломанная кукла». «Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Изобрази куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, ноги, тело. Она вся «разболталась», с ней не хотят играть, потряси всеми разломанными частями одновременно. А сейчас собирай, укрепляй веревочки – медленно, осторожно, соедини голову и шею, выпрями их, теперь расправь плечи и закрепи руки, подыши ровно и глубоко и на месте будет туловище, ну и выпрями ноги. Все – куклу починил ты сам, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть!»

**Занятие № 5.**

1. Приветствие «Дотронься до…» Все играющие одеты по-                                                                разному. Ведущий выкрикивает: «Дотронься до… синего!» Все должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее, и дотронуться до этого цвета. Цвета периодически меняются, кто не успел – ведущий. Замечание: взрослый следит, чтобы дотрагивались до каждого участника.
2. Игра «Что слышно?» Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью, за окном, на улице, затем просит рассказать, какие звуки они слышали. Можно предложить посчитать услышанные звуки и выбрать победителя.
3. Игра «Покажи по-разному». 1й этап игры: Взрослый говорит:- Вот я захожу в ворота высокие ( и сопровождает свои слова показом), а вот я захожу в ворота… (взрослый пригибается) Какие? Ребенок должен назвать антоним к слову «высокие».

* Я несу легкий пакет (показывает), а теперь я несу (показывает)… Какой пакет?

                  -Я перехожу через широкую реку (показывает), а вот я

                 перепрыгиваю через ручей (показывает)… Какой?

                  -Я иду медленно, а вот я иду…Как?

                  -Я гуляю, мне жарко. Но вот подул ветер, и мне…

         -Я смотрю грустный спектакль. А теперь смотрю…

                  Второй этап: Все действия выполняет ребенок, а

                  Взрослый комментирует или устанавливает правила

                  Игры, например: «Если я скажу, что ворота высокие, то

                  ты пригибаешься» и т.д.

1. Игра «Злые- добрые кошки». Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения». Ребенок входит внутрь обруча и по сигналу ведущего ( хлопок в ладоши, звук колокольчика, звук свистка) превращается в злющую - презлющую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя. Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим: «Сильнее, сильнее, сильнее…,» и ребенок, изображающий кошку, делает все более и более «злые» движения. По повторному сигналу ведущего «превращение» заканчивается, после чего в обруч входит другой ребенок и игра повторяется. Когда все дети побывают в «волшебном круге», обруч убирается, дети разбиваются на пары и опять превращаются в злых кошек по сигналу взрослого. Категорическое правило: не дотрагиваться друг до друга!  Если оно нарушается, игра мгновенно останавливается, ведущий показывает пример возможных действий, после чего продолжает игру. По повторному сигналу «кошки» останавливаются и могут поменяться парами. На заключительном этапе игры ведущий предлагает «злым кошкам» стать добрыми и ласковыми. По сигналу дети превращаются в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу.
2. Игра «Рычи лев, рычи, стучи, поезд, стучи».
3. Танец «Водный карнавал». Ведущий предлагает побывать на празднике у морского царя. Все превращаются в рыбок, морских звезд, русалок, ракушек, крабов, морских коньков и т.д. Звучит плавная музыка – морские обитатели, лежа на полу, или стоя, начинают свой карнавал. Морской царь (ведущий) хвалит особо понравившихся ему танцоров.
4. Релаксация «Солнечный зайчик». «Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот, погладь его и там. Он не озорник – он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

**Занятие № 6.**

1. Приветствие. «Комплименты». Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: 1. Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово. 2. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрустит его сосед, скажите комплимент сами.
2. Игра «Лесная школа». В лесной школе шел урок. Первый раз ученики пришли в первый класс. Подскажи, кто из них ведет себя правильно, а кто нет. Объясни почему.

* Зайчонок внимательно слушал учителя и грыз вкусную морковку.
* У лисенка сломалась ручка, и он шепотом попросил запасную ручку у соседа.
* Белочка тихо в парте играла орешками.
* Медвежонку тяжело было сидеть на маленьком стуле и он поднял лапу, чтобы попросить у учителя разрешения пересесть на другой стул, большой и удобный.

1. Игра «Веселые клоуны». «Веселый клоун» (водящий) пытается рассмешить «несмеянок». Используется мимика, жесты, интонация, рассказы и др. Самый серьезный из «несмеянок» становиться водящим.
2. Игра «Клоуны ругаются». «Клоуны стали показывать детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Да, да сердито ругаться друг на друга «овощами и фруктами». Например: «Ты, - говорит клоун,- капуста!» А ребенок отвечает…(пауза для того, чтобы ребенок придумал ответ). «А ты – продолжает клоун, - клубника». Другой ребенок отвечает (ругает взрослого). Обращается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбирать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди «ругать» всех детей. Взрослый руководит игрой, сигналом объявляет начало и конец игры, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия. Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей. «Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». Клоуны, продолжая игру, учат детей не только ругаться овощами и фруктами, но и ласково называть друг друга цветами. Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п. и ласково называют друг друга цветами.
3. Игра «Займи свой домик». Дети садятся на стульчики, расположенные по кругу, - «поросята» прячутся в свои домики. Но им хочется погулять, побегать, порезвиться, похрюкать. По сигналу взрослого «поросята» выбегают и веселятся. Но наступает вечер, пора возвращаться домой. По сигналу взрослого дети спешат в свои «домики». Пока «поросята» играли, ветер унес чей-то соломенный домик. Игра повторяется до тех пор, пока не останется один самый шустрый «поросенок».
4. Релаксация «Тучка».

**Занятие № 7.**

1. Приветствие «На что похоже настроение?» Участники игры

    по очереди говорят, на какое время года, природное

    явление, погоду похоже сегодняшнее настроение. Начать

сравнения лучше взрослому: «Мое настроение похоже на

    белое, пушистое облачко в спокойном голубом небе, а

             твое?» В конце взрослый обобщает – какое же сегодня у

             всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и

т.д.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Упражнение «Тренируем эмоции». (см. занятие № 4)

4. Игра «Ворона». Ведущий стоит в центре круга,  приговари-     вает и имитирует полет вороны и ощипывание крыльев:

                «Ворона сидит на крыше,

                  Ощипывает она свои крылышки.

                  Сирлалала, сирлалала!»

     Затем очень быстро и неожиданно:

                 «А кто раньше сядет?»

      Затем:

                 «А кто раньше встанет?»

      Кто опоздал выполнить команду – выбывает из игры.

5.Игра «Злые и добрые кошки». (см. занятие №  5).

1. Игра «Передай мячик» Сидя или стоя, играющие стараются, как можно быстрее передать мячик, не уронив. Кто уронил – выбывает.

ЗАМЕЧАНИЕ: усложнить упражнение, можно попросив  детей закрыть глаза.

1. Релаксация «Солнечный зайчик».

**Занятие № 8.**

1. Приветствие «Дружба начинается с улыбки».
2. Игра «На кого я похож». Дети садятся в круг, выбирается один ребенок, а все остальные отвечают на вопросы взрослого: « На какое животное он похож?», «На какую птицу?», «На какое дерево?», « На какой цветок?», и т.п. Свои варианты может предлагать и сам ребенок, и так далее по кругу.
3. Ролевая гимнастика.

* Рассказать известное стихотворение следующим образом:

            - шепотом;

                         -  с пулеметной скоростью;

* со скоростью улитки;
* как робот;
* как иностранец.
* Походить как:
* младенец;
* глубокий старик;
* лев.
* Улыбнуться как:
* кот на солнышке;
* само солнышко.
* Посидеть как:
* пчела на цветке;
* наездник на лошади;
* Карабас–Барабас.
* Попрыгать как:
* кузнечик;
* козлик;
* кенгуру.
* Нахмуриться как:

                         -  осенняя туча;

* рассерженная мама;
* разъяренный лев.

1. Игра «Взаимоотношения».

     Игра построена на обсуждении стихотворения Л. Кузьмина

«Дом с колокольчиком».

Стоит небольшой старинный

Дом над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик,

Украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо

В него позвонишь,

То поверь,

Что в доме проснется старушка,

Седая-седая старушка,

И сразу откроет дверь.

Старушка приветливо скажет:

-Входи, не стесняйся, дружок.-

На стол самовар поставит,

В печи испечет пирожок.

И будет с тобою вместе

Чаек распивать дотемна.

И старую, добрую сказку

Расскажет тебе она.

Но если,

Но если, но если

Ты в этот уютный дом

Начнешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром,

То выйдет к тебе не старушка,

А выйдет  Баба-Яга,

И не слыхать тебе сказки,

И не видать пирога.

1. Игра «Найди друга». Одной половине завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.
2. Игра «Рычи лев, рычи, стучи поезд, стучи». (Книга Н.Л. Кряжевой «Развитие эмоционального мира детей», с. 74)
3. Релаксация «Водопад» (Книга Фопеля К. «Как научить детей сотрудничать?», с.24)

**Занятие № 9.**

1. Приветствие «Комплименты».
2. Игра «Что слышно?»
3. Разыгрывание ситуаций.

* Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика. Разними их.
* Тебе очень хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят вашей группы. Попроси ее.
* Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться с ним.
* Ты нашел на улице слабого, замерзшего котенка – пожалей его.

1. Рисунок «Мои друзья».
2. Игра «Рычи лев, рычи, стучи поезд, стучи».
3. Танец «Водный карнавал».

**Занятие № 10.**

1. Приветствие.
2. Игра «Что изменилось?»
3. Рефлексия прошлых занятий.
4. «Лепим сказку».  Детям предлагается всем вместе слепить какую-нибудь сказку. При подборе сказки важно учесть, что в ней должно быть достаточно много героев, чтобы каждый ребенок мог лепить одного из них. Перед игрой дети обсуждают фрагмент, который они собираются изобразить, и соотносят друг с другом свои замыслы. Для реализации этого упражнения хорошо подходит сказка «Три медведя».
5. «Король Боровик». Взрослый читает стихотворение, а ребенок действует согласно тексту:

                                     Шел король Боровик

                                     Через лес напрямик.

                                     Он грозил кулаком

                                     И стучал каблуком.

                                     Был король Боровик не в духе:

                                     Короля покусали мухи.

1. Этюды с неопределенным концом: «Как бы ты поступил?»

* Дети помогают взрослым убирать территорию детского сада: собирают мусор, метут дорожки и т.д. Один мальчик просто сидит на скамейке.
* Дети собирают урожай. Одна девочка набрала так много фруктов, что не может удержать их в руках.
* В детском саду ты захотел поиграть в игрушку. Твой друг тоже направляется к этой игрушке – она понравилась ему.
* К тебе пришли гости. Пока ты ходил в кухню за фруктами, сломалась твоя новая машина.

1. Игра «Найди друга» Одной половине детей завязывают глаза,

     дают возможность походить по помещению и предлагают

     найти и узнать друг друга. Узнать можно с помощью рук,

     ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден,

     игроки меняются ролями.

1. Игра «Жужа».
2. Релаксация «Волшебный сон»  Ребенок находится в позе покоя. Взрослый дает ему следующую установку: сейчас, когда я буду читать стихи, ты закроешь глаза. Начинается игра «Волшебный сон». Ты не заснешь по настоящему, будешь все слышать, но не будешь двигаться, и не будешь открывать глаза, пока не «проснешься».  Внимательно слушай и повторяй про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхай, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится, когда я скажу: «Открыть глаза». Внимание: наступает «волшебный сон».                  Реснички опускаются…

                                    Глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем (2 раза)

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают…

Ноги тоже отдыхают

Отдыхают    засыпают (2 раза)

Шея не напряжена

И расслаблена…

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется (2 раза)

Дышится легко…  ровно…  глубоко…

*Длительная пауза,*

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать.

**Занятие № 11.**

1. Приветствие «Дотронься до…»
2. Игра «На что похоже настроение?»
3. «Король Боровик»
4. Игра «Злые и добрые кошки».
5. Подведение итогов проведенных занятий.
6. Игра «Займи свой домик»
7. Танец под веселую музыку.
8. Релаксация «Доброе животное» Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы- одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. А теперь подышим вместе!» вдох – все делают шаг вперед. Выдох – все делают шаг назад. Вдох – все делают 2 шага вперед, выдох – 2 шага назад.«Так не только дышит доброе животное, так же четко и ровно бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

**Занятие № 12.**

1. Приветствие.
2. Рефлексия прошлого занятия.
3. Игры по – выбору детей.
4. Танец.
5. Релаксация «Доброе животное».

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Упражнения и игры**, **направленные на снижение агрессивности у дошкольников**

1. *«Головомяч»*

Цель: развивать сотрудничество в парах, формировать умение согласовывать свои движения с действиями партнера.

Инструкция: разбиться на пары, лечь на пол друг против друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова была **напротив головы товарища**. Положите мяч точно между головами. Теперь вам нужно поднять мяч и встать самим. Можно касаться мяча только головами. Встать сначала на колени, а потом на ноги. Можно держать друг друга руками, если понадобится.

2. *«Брыкание»*

Цель: способствовать эмоциональной разрядке и снятию мышечного **напряжения**.

Инструкция: Ребенок ложится на спину на ковёр. Ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребенок говорит *«Нет»*, увеличивая интенсивность удара.

3. *«Кулачок»*

Цель: способствовать осознанию эффективных форм поведения, смещению **агрегации** и мышечной релаксации.

Инструкция: дать ребенку в руку какую-нибудь мелкую игрушку или конфету и попросить его сжать кулачок крепко-крепко. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на **ладошке** будет красивая игрушка.

4. *«Строители»*

Цель: способствовать сближению детей, эмоциональному и моторному самовыражению.

Инструкция: каждому ребенку предлагается построить себе дом и рассказать о нем другим детям. Для строительства дома можно использовать все предметы, находящиеся в игровой комнате: маленький стол, стулья, мячи, кегли и т. д. Каждому строителю задаются вопросы:

- удобно ли тебе будет жить в этом доме?

- где ты разместишь приехавших к тебе гостей?

- кто будет жить в этом доме кроме тебя?

Можно спросить детей группы, подходит ли домик его строителю. После беседы возможна перестройка дома с помощью других детей.

5. *«Связующая нить»*

Цель: формирует чувство близости с другими людьми, способствует принятию детьми друг друга, формирует чувство ценности других и самоценности.

Инструкция: дети сидят, по кругу передавая друг другу клубок ниток так, чтобы все, кто уже держали клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим. Начинает взрослый, показывая тем самым пример. Затем он обращается к детям, спрашивая, хотят ли они что-нибудь сказать. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя по просьбе ведущего, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

6 **упражнение**: *«Ау!»*

Цель: развитие интереса у детей к сверстникам, слухового восприятия, способствовать преодолению барьеров в общении.

Инструкция: один ребенок стоит спиной ко всем остальным, он потерялся в лесу. Кто-то из детей кричит ему: *«Ау!»* - и *«потерявшийся»* должен угадать, кто его звал.

7 **упражнение**: *«Дракон кусает свой хвост»*

Цель: снятие **напряженности**, невротических состояний, страхов.

Инструкция: звучит веселая музыка. Дети встают друг за другом и крепко держат друг друга за плечи. Первый человек – *«голова дракона»*, последний – *«хвост дракона»*. *«Голова дракона»* пытается поймать *«хвост»*,

а тот уворачивается от нее. Ведущий следит за тем, чтобы участники не отпускали друг друга.

В роли *«головы дракона»* и его *«хвоста»* должны побывать все участники.

**8упражнение**: *«Колокол»*

Цель: сплочение группы, эмоциональное и мышечное расслабление, создание атмосферы единства.

Инструкция: дети становится в круг, поднимая поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде *«колокола»*. Произносят *«Бом!»* и синхронно, с силой бросают руки вниз.

На вдохе поднимаются руки, на выдохе произносят *«Бом!»* и бросают руки. Ведущий задает ритм. Повторить несколько раз.

9 **упражнение**: *«Передай сигнал»*

Цель: сплочение группы, развитие способности к сосредоточению и чувства ответственности.

Инструкция: участники становятся в круг, держась за руки. Ведущий просит всех закрыть глаза и передать какой-нибудь сигнал *(пожать руку, поднять руку вверх и т. д.)* Начинает ведущий. Получивший сигнал справа или слева должен передать его следующему по цепочке. Игра окончена, когда ведущий получает переданный им сигнал. В игре используется принцип *«испорченного телефона»*. Повторяется несколько раз.

10 **упражнение**: *«Зеркала»*

Цель: **снижение напряжения**, развитие наблюдательности и коммуникативных навыков, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Инструкция: выбирается ведущий. Он становится в центре, дети обступают его полукругом. Ведущий выполняет разные движения, играющие должны повторить их. Если кто-то ошибается, выбывает. Победивший ребенок становится ведущим. Игру можно повторить несколько раз.

11 **упражнение**: *«Обзывалки»*

Цель: снятие вербальной **агрессии**, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Инструкция: детям предлагается, передавая друг другу мячик, называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться.Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: *«А ты,, морковка!»* Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, **например**: *«А ты,, солнышко!»*

Мячик нужно передавать быстро, нельзя долго задумываться.

Перед началом **игры** можно провести с детьми беседу об обидных словах, о том, после чего обычно люди обычно обижаются и начинают обзываться.

12 **упражнение**: *«Поварята»*

Цель: развитие коммуникативных навыков чувства принадлежности к группе.

Инструкция: все дети встают в круг – это *«кастрюля»* или *«миска»*. Затем дети договариваются что они будут *«готовить»* - суп, компот, салат и т. д. Каждый придумывает, чем он будет: картошкой, мясом, морковкой или

чем-нибудь еще. Ведущий – взрослый, он выкрикивает название ингредиентов. Названный выпрыгивает в круг, следующий компонент берет за руку его и т. д. Когда все дети окажутся в одном круге, игра заканчивается, можно приступить к приготовлению нового *«блюда»*.

Комментарий: хорошо если ведущий будет выполнять какие-либо действия с *«продуктами»*: крошить, мять, солить и т. д. Можно имитировать закипание, перемешивание.

Эта игра может помочь снять мышечные зажимы, скованность через легкий имитационный массаж.

**13упражнение**: *«Тростинка на ветру»*

Цель: развитие навыков самоконтроля, укрепление доверия к другим людям, снятие страхов.

Инструкция: «Встаньте в круг очень близко друг к другу. Это необычный круг, а волшебный, потому что дети, которые стоят в кругу, будут делать все для того, чтобы стоящий в центре этого круга пережил

удивительные ощущения. Один доброволец становится в центре круга, а все остальные поднимают руки на уровне груди и ловят стоящего в центре, когда он начинает качаться во все стороны. Очень важно, чтобы участник в центре

стоял как деревянный. Игра продолжается, пока все участники не побывают в центре круга. После все участники делятся впечатлениями.

14 **упражнение**: *«Комплимент»*

Цель: создание позитивного настроения, умение замечать положительные качества в людях и говорить им об этом, развитие эмпатии.

Инструкция: предварительная беседа с помощью вопроса: Что такое комплимент?

Участники образуют круг, берутся за руки. Каждый участник говорит комплименты по кругу.

15 **упражнение**: танец *«Распустившийся бутон»*

Цель: активизация совместной деятельности, развитие умения синхронизировать свои действия с действиями других.

Инструкция: группа садится на коврик и берется за руки. Необходимо встать плавно, одновременно, не опуская рук. После чего *«цветок»* начинает распускаться *(отклоняется назад, крепко держа друг друга за руки)* и качается на ветру.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

## Графическая методика «Кактус»

Методика предназначена для работы с детьми старше 3 лет.  
  
*Цель:*исследование эмоционально-личностной сферы ребенка.  
  
При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием цветных карандашей восьми «люшеровских» цветов, тогда при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.  
  
Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.  
  
*Обработка данных.*  
При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

* пространственное положение
* размер рисунка
* характеристики линий
* сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

* характеристика «образа кактуса» ( дикий, домашний, женственный и т.д.)
* характеристика манеры рисования ( прорисованный, схематичный и пр.)
* характеристика иголок ( размер, расположение, количество)

Интерпретация результатов: по результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка :

* Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.
* Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.
* Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.
* Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
* Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
* Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
* Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
* Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.

* Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
* Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
* Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.
* Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
* Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?   
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?   
3. Кактусу нравиться, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?   
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?   
5. Когда кактус подрастет, то, как он изменится (иголки, объем, отростки)?

**Используемая итература:**

1. Кряжева Н.Л. «Развитие эмоционального мира детей» // Ярославль «Академия развития», 1997
2. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению»// Ярославль, «Академия развития», 1997
3. Калинина Р.Р. «Тренинг развития личности дошкольника»// Санкт-Петербург, «Речь», 2001
4. Лютова Е.К., Монина Г.Б. «Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми». // М, «Генезис», 2000
5. Панфилова М.А. «Игротерапия общения» //М, «ГНОМ и Д», 2001.