

# Игры, направленные на снижение агрессивного поведения у детей.

Подготовила педагог-психолог: Привезенцева Т.С.



В настоящее время очень актуальна проблема агрессивного поведения у детей. Не только для работников сферы образования, но и для родителей и общества в целом.

Детская агрессия – это способ реагирования ребенка на невозможность сделать то, что хочется, так, как хочется. Источником детской агрессии могут являться ограничения, индивидуальные особенности, подражание реакции взрослых или эмоции.

Одним из видов коррекции, направленных на снижение агрессивного поведения у детей, являются специализированные игры. Они дают хорошие результаты у детей 4-7 лет. Могут применяться как на занятии, так и в самостоятельной деятельности детей.

## **Специализированные игры:**

**1. «Стаканчик для криков»** (игра с правилами)

**Цель:** совершенствование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

**Оборудование:** стаканчик.

**Содержание:**

Если ребенок возмущен, взволнован, разозлен. Если не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться

«стаканчиком для криков». Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот стаканчик, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит его, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая, что произошло. «Стаканчик для криков» должен храниться в определенном месте и не использоваться в других целях. Желательно, чтобы стаканчик был с крышкой, чтобы иметь возможность «закрыть» все «кричалки» на время нормального разговора.



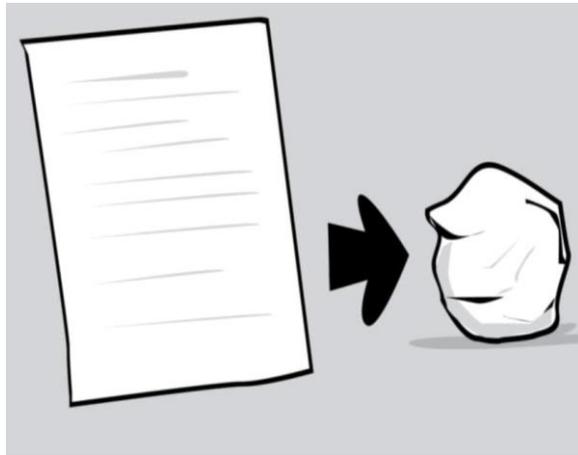
## **2. «Листок гнева» (игра с правилами)**

**Цель:** формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

**Оборудование:** лист бумаги, карандаш, мусорное ведро.

**Содержание:**

Предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге (с маленькими детьми нужно сразу переходить к рисованию, так как им еще сложно изобразить образ словами, что может вызвать дополнительное раздражение). Дальше для расправы с гневом предложите ребенку разные способы выражения своих негативных эмоции: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось, и теперь он легко с ним справится. После этого попросите окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки «гневного листа» и выбросить их в мусорное ведро. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться, и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.



### 3. «Рубка дров» (подвижная игра)

**Цель:** снижение эмоционального напряжения.

**Содержание:**

Скажите следующее: Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».



### 4. «Своя тень» (подвижная игра)

**Цель:** формирование умения управлять своим поведением.

**Содержание:**

Дети делятся на пары, в каждой, из которой один ребенок играет сам себя, а другой - его тень. Тот, кто играет сам себя по сигналу бежит по кругу. Не далее чем в шаге от него бежит его «тень». Первый ребенок стремится уйти от преследователя («тени»), который старается от него не отстать. Первый ребенок может делать обманные остановки, замедлять или ускорять движения, путая свою «тень».



### 5. «Тучка» (релаксационная игра)

**Цель:** формирование умения расслаблять мышцы лица в «неприятной ситуации».

**Содержание:** Представьте себе теплый, чудесный день (звучит музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца, теплый и ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды, горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу.

