



## Ребенок агрессивен! Что делать?!

*Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому основной задачей педагогов, специалистов и родителей является оказание посильной и своевременной помощи ребенку-дошкольнику.*

От чего проявляется агрессия:

1. Проявление сильного темперамента. Дети с сильным темпераментом неумолимы, они настоящие марафонцы. Среднестатистические нормы сна и отдыха не подходят для детей, чьи задатки позволяют подолгу и с энтузиазмом играть, двигаться, слушать сказки, рисовать и т.д. Основными причинами внешней агрессии у ребенка могут быть желание завершить начатое, погруженность в процесс игры. Дети с сильным темпераментом капризничают и негодуют, когда они недогружены, а значит, не удовлетворены;
2. Способ доминирования в отношениях со сверстниками или взрослыми. Высокий уровень агрессивности в семейных отношениях, когда родители тайно или открыто конфликтуют, служит прямой причиной детской агрессии и стремления верховодить;
3. Проявление кризиса в развитии, когда ребенок «вырос» из старых отношений с окружением и нуждается в новом типе связей. Именно в это время попытки взрослых вести себя «как всегда» вызывают закономерный протест у малышей, у которых сформировались навыки самостоятельности, накопился словарный запас и в результате возросла потребность в большей свободе действий;

## ИГРЫ НА СНИЖЕНИЕ АГРЕССИИ И ОСЛАБЛЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ

«Подушечные бои» (для детей с 5 лет)

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по различным частям тела. Сюжетом игры может быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за...».

Игры начинаются взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

«Выбиваем пыль» (для детей с 4 лет)

Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен,

усердно колотить руками, хорошенько ее «почистить».

«Детский футбол» (для детей с 4 лет)

Вместо мяча — подушка. Играющие разбиваются на 2 команды. Взрослый судья. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель — забить в ворота гол. Взрослый следит за соблюдением правил: нельзя пускать в ход руки и ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

«По кочкам» (для детей с 5 лет)

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие — лягушки, живущие на болоте.

Вместе на одной кочке капризным «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: «Ква-ква, подвинься!» Если двум лягушкам тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в «болото» соседку, и та ищет себе новую кочку. Взрослый тоже прыгает по кочкам. Если между «лягушками» дело доходит до серьезного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

**«Уходи, злость, уходи!» (для детей с 4 лет)**

Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с громким криком «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раздвинув ноги и руки, и спокойно лежат, слушая музыку 3 минуты. Следите, чтобы ударяя руками по подушке, дети не попадали очень часто по рукам соседа. Отдельные попадания полезны.

**«Брыкание» (для детей с 6 лет)**

Участники разбиваются на пары. Один лежит на полу, другой стоит напротив. По команде стоящий наваливается руками на согнутые в коленях ноги лежащего. Лежащий сопротивляется «нападению» и при этом громко кричит: «Нет!» Упражнение длится 2–3 минуты, затем пары меняются ролями. «Нападающий» давит только руками, а не телом. Защищающийся брыкается только ногами, без помощи рук.

**«Курицы и петух»**

На скамейке — «насесте» тесно стоят «курицы», крепко уцепившись ступнями. «Петух», заложив руки за спину, гордо прохаживается вокруг «насеста». Неожиданно он толкает одну из «куриц». Та должна удержаться на «насесте», не столкнув при этом соседей. Тот, по чьей вине курицы упали, становится петухом.

**«Два барана» (для детей с 5 лет)**

«Рано-рано два барана повстречались на мосту». Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинулся проиграл. Можно издавать звуки «Бе-е-е».

Следите, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

**«Штурм крепости» (для детей с 5 лет)**

Из попавшихся «под руку» небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги, одеяла и т. д. — все собирается в одну большую кучу). У играющих есть мяч — «пушечное ядро». По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча «крепость» не разлетится на куски.

С каждым удачным попаданием штурмующие издадут громкие победные кличи.

**«Тигр на охоте» (для детей с 5 лет)**

Взрослый — тигр. За ним встают тигрята. Тигр обучает детей охотиться. Тигрята должны подражать движениям и не выскакивать вперед тигра, иначе получают шлепок. Тигр очень медленно выставляет вперед одну ногу с пятки на носок, вытягивает одну когтистую лапу, потом выставляет вторую ногу, вторую лапу, подгибает голову, выгибает спину и медленно и осторожно крадется к добыче. Сделав 5–6 таких скачков, он группируется, поджимает к груди лапу, голову, приседает, готовясь к решающему прыжку, и резко прыгает, издавая громкий клич: «Ха!» Тигрята делают все это с ним одновременно.

Педагог-психолог: Зоткина Н.Н.