

Упражнение «Выбиваем пыль»

Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Усердно колотя руками, хорошенько ее почистить.

Упражнение «Подушка для битья»

Когда ребенок дерется, объяснить ему, что бить детей плохо, а вот побить подушку для битья можно. Этот прием позволяет выплеснуть отрицательные эмоции.

Упражнение «Возьми себя в руки»

Объяснить детям, что когда они испытывают неприятные эмоции. Такие как, злость, раздражение, желание ударить кого-либо, то можно себя «взять в руки». Для этого нужно несколько раз глубоко вздохнуть и выдохнуть. Выпрямиться, прикрыть глаза, посчитать до 10, улыбнуться, открыть глаза.

Упражнение «Спина к спине»

Двое детей (*по желанию*) садятся на стулья спиной друг к другу. Их задача вести диалог на какую-либо

интересующую тему в течение 3-5 минут. Остальные дети играют роль молчаливых зрителей. После разговора, воспитатель спрашивает:
- Легко ли было вести разговор?
- В чем были трудности?
- Есть ли удовлетворение от разговора?

Зрители высказывают свои наблюдения.

Игра «Мешочек криков»

Как известно, детям очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. Конечно, это не вызывает одобрения у взрослых. Однако если эмоции очень сильны, то неправильно сразу требовать от детей спокойного анализа и поиска конструктивных решений. Сначала нужно дать им возможность немного успокоиться, выплеснуть негатив приемлемым способом.

Так, если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться «мешочком криков». Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом.

Так называемый «мешочек криков» вы можете изготовить из любого тканевого мешочка, желательно пришить к нему завязки, чтобы иметь возможность закрыть все крики и негатив на время нормального разговора. Мешочек должен храниться в определенном месте и не использоваться с другими целями.

Игра «Кто за кем?»

Процедура игры. Звучит спокойная музыка. В комнате

расставлены стулья. Ведущий называет первого ребенка, он начинает двигаться между стульями и, когда в музыке возникает перерыв, садится на стул. (*Другие дети - стоят в стороне и смотрят*). Затем ведущий вызывает другого ребенка, под музыку он тоже двигается между стульями и садится тогда, когда возникает перерыв.

Игра продолжается до тех пор, пока на стулья не сядут все дети.

Коррекция агрессивного поведения дошкольников должна носить системный и комплексный характер, чтобы эффект был устойчивым.

Цель коррекции агрессии у дошкольников — снизить уровень агрессивности, снять деструктивные элементы в поведении, расширить спектр поведенческих реакций в проблемной ситуации.

Задачи коррекционной работы с агрессивными дошкольниками:

- научить ребёнка выражать гнев приемлемым способом, безопасным для себя и окружающих;
- сформировать осознание собственных эмоций и чувств других людей, развить эмпатию;
- развить позитивную самооценку и снизить уровень личностной тревожности;
- сформировать способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях;
- улучшить взаимоотношения ребёнка со сверстниками.

МБДОУ детский сад «Радуга»

Коррекция агрессивности у дошкольников

Подготовила: Ядыкина В.А.

с. Мамонтово 2025