Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребёнка – детский сад № 54 «Золотой ключик» города Рубцовска 658223. г.Рубцовск, пер.Гражданский,32, тел. 4-64-88,

e-mail: [metodist54r@mail.ru](mailto:ds54-rub@mail.ru)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**педагога – психолога по профилактике**

**агрессивности старших дошкольников**

**«ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО»**

Разработчик:

Ерунина Анна Сергеевна

г. Рубцовск

**Пояснительная записка**

Поводом для составления программы послужило увеличение обращений педагогов и родителей детей на конфликтность и агрессивность детей, склонность к «взрывному» и импульсивному поведению. Их грубое поведение часто повторяет увиденное на телевизионном экране, им трудно взаимодействовать друг с другом.

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 общении детей друг с другом возникают ситуации, требующие согласования действий и проявления доброжелательного отношения к сверстникам, умение отказаться от личных желаний ради достижения общих целей. Но в таких ситуациях дети не всегда находят нужные способы поведения, и это часто приводит к конфликту, в котором, с одной стороны, находятся желания и права одних детей, а с другой стороны – желания и права других. Конфликтная ситуация между детьми часто сопровождается отсутствием сопереживания другому и взаимных уступок. Это связано, прежде всего, с тем, что дошкольник еще не осознает свой внутренний мир, свои переживания, намерения, интересы, поэтому ему трудно представить, что чувствует другой. Он видит только внешнее поведение другого: толкает, кричит, мешает, отбирает игрушки и т.д., но не понимает, что каждый сверстник – личность, со своим внутренним миром, интересами и желаниями. Вот почему очень важно, на данном этапе развития ребенка, помочь ему посмотреть на себя и сверстника со стороны. Общая тактика работы с агрессивными детьми состоит в том, чтобы постепенно научить ребенка выражать свое неудовольствие в социально приемлемых формах.

***Цели программы:***

* формирование устойчивых поведенческих механизмов, обеспечивающих ребенку на доступном ему уровне стабильность в саморегуляции внутренних аффективных процессов;
* формирование поведенческих механизмов, обеспечивающих ребенку эмоциональную адекватность в контактах с окружающими;
* коррекция и профилактика агрессивности у дошкольников.

***Задачи программы:***

* оптимизация общения ребенка со сверстниками: выработка механизмов эмпатии, умения считаться с другими, умения выходить из конфликтных ситуаций;
* создание положительного эмоционального фона в различных видах деятельности;
* снятие эмоционального напряжения во взаимодействии между детьми;
* оптимизация общения агрессивного ребенка с семейным окружением;
* гармонизация уровня базальной эмоциональной регуляции;
* обучение способам регуляции эмоциональных состояний.

Решение основных задач достигается направленным воздействием на основные сферы личности дошкольника:

* эмоционально-волевую (за счет гармонизации уровней структуры базальной аффективной регуляции и усвоение приемов эмоциональной саморегуляции);
* когнитивную (за счет обучения теоретическому обобщению и практическому усвоению элементарных закономерностей общения);
* поведенческую (за счет расширения социального опыта и усвоения правил социального поведения);
* двигательную (за счет развития навыков психомоторики).

Отличительной чертой данной Программы является характер проведения занятий. Они проходят в игровой, увлекательной форме. Благоприятная эмоциональная атмосфера на занятии способна направлять деятельность агрессивного ребенка в русло благоприятного варианта развития. Одно из основных положений отечественной психологии – мысль о том, что развитие ребенка осуществляется в соответствии с культурными образцами (А.Н. Леонтьев). Процесс выделения образцов ребенком означает фактически усвоение им определенных морально-этических представлений и требований к поведению. Эти образцы ориентируют его поведение, деятельность и отношения (Д.Б. Эльконин и др.).

***Возраст детей.***

Данная программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет.

Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее существенным показателем физического развития старшего дошкольника.

Происходит расширение спектра эмоций и их углубление, обогащение выразительных движений, по которым эти эмоции распознаются.

У детей формируются предпосылки к учебной деятельности, они умеют «слушать и слышать», «смотреть и видеть», осуществлять самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений.Старший дошкольник уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных, спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, умелый, сильный, ловкий» и т.д.).

Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства. В сюжетно-ролевых играх дети начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые сюжетные ситуации, например свадьбу, день рождение, болезнь и т.д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый замысел.

Неудовлетворенность потребности ребенка в общении со взрослым может привести к эмоциональной отчужденности между ними. Ребенок обращается к сверстнику с элементарными предложениями, просьбами и оценивает его поступки. Резко возрастает потребность в общении со сверстниками. На основе совместных игр возникает детское общество.

Ребенок начинает осознавать свое положение среди сверстников. Развиваются коммуникативные умения: приветливо здороваться и прощаться, называть другого по имени, по названию роли. В общении со взрослыми и сверстниками происходит становление образа «Я».

В этом возрасте дети владеют обобщенными представлениям (понятиями) о своей *гендерной* принадлежности, устанавливают взаимосвязи между своей гендерной ролью и различными проявлениями мужских и женских свойств (одежда, прическа, эмоциональные реакции, правила поведения, проявление собственного достоинства). К семи годам испытывают чувство удовлетворения, собственного достоинства в отношении своей гендерной принадлежности, аргументировано обосновывают ее преимущества. Начинают осознанно выполнять правила поведения, соответствующие гендерной роли в быту, общественных местах, в общении и т.д., владеют различными способами действий и видами деятельности, доминирующими у людей разного пола, ориентируясь на типичные для определенной культуры особенности поведения мужчин и женщин.

Самооценка ребенка, как правило, завышена, что для маленького ребенка естественно, закономерно и является своеобразным механизмом «личностной защиты» в тех случаях, когда кто-то негативно оценивает его личностные качества. Ребенок может оценить поступок, который он совершил, с точки зрения его последствий для физического и эмоционального состояния другого человека и самого себя. У ребенка складываются интересы и ценностные ориентации, предпочтения определенных видов деятельности и способов поведения, характерные для мальчиков и девочек. С возрастом развивается адекватная оценка ребенком своих высказываний и поступков, а также собственных возможностей и достижений в различных видах деятельности (игровой, изобразительной, музыкальной, театральной и др.).

В старшем дошкольном возрасте начинают закладываться чувства ответственности, справедливости, привязанности и т.п., формируется радость от инициативного действия; получают новый толчок развития социальные эмоции во взаимодействии со сверстниками. Возникает обобщение собственных переживаний, эмоциональное предвосхищение результатов своих и чужих поступков.

Ребенок начинает ставить себя на место другого человека: смотреть на происходящее с позиции других и понимать мотивы их действий; самостоятельно строить образ будущего результата продуктивного действия.

Зарождается оценка и самооценка.

Ребенок может противостоять в известных пределах воле другого человека; развиваются приемы познавательной (в частности, воображаемое преобразование действительности), собственно волевой (инициатива, способность заставить себя сделать неинтересное) и эмоциональной (выражение своих чувств) саморегуляции. Ребенок оказывается способным к надситуативному (выходящему за рамки исходных требований) поведению.

К концу дошкольного детства ребенок формируется как будущий самостоятельный читатель. Его интерес к процессу чтения становится все более устойчивым. В возрасте 6-7 лет он воспринимает книгу в качестве основного источника получения информации о человеке и окружающем мире.

Дети способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумать собственные, но этому их нужно обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям – он важен для углубления их пространственных представлений. Усложняется конструирование из природного материала. У детей продолжает развиваться восприятие, образное мышление, воображение.

В старшем дошкольном возрасте происходит активное развитие диалогической речи. Диалог детей приобретает характер скоординированных предметных и речевых действий. В недрах диалогического общения старших дошкольников зарождается и формируется новая форма речи - монолог. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картине, передавая не только главное, но и детали. Совершенствуется звуковая сторона речи. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развивается фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов, в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Познавательные процессы претерпевают качественные изменения; развивается произвольность действий. Наряду с наглядно-образным мышлением появляютсяэлементы словесно-логического мышления. Начинают формироваться общие категории мышления.

Старшие дошкольники проявляют большой интерес к природе - животным, растениям, камням, различным природным явлениям и др. У детей появляется и особый интерес к печатному слову, математическим отношениям. Они с удовольствием узнают буквы, овладевают звуковым анализом слова, счетом и пересчетом отдельных предметов.

Слушая чтение книг, старшие дошкольники сопереживают, сочувствуют литературным героям, обсуждают их действия.

Важно к концу дошкольного возраста заложить у ребенка основы экологической культуры - подвести его к пониманию связи человека с природной средой, познакомить с этически ценными нормами и правилами поведения в природе.

Эстетическое отношение к миру у старшего дошкольника становится более осознанным и активным. Он уже в состоянии не только воспринимать красоту, но в какой-то мере создавать ее.

При восприятии изобразительного искусства им доступны не только наивные образы детского фольклора, но и произведе­ния декоративно-прикладного искусства, живописи, графики, скульптуры. Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. Рисунки приобретают сюжетный, детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

В рисовании и лепке дети передают характерные признаки предмета: формы, пропорции, цвет; замысел стано­вится более устойчивым. Дети способны создавать яркие обобщенные образные композиции, выделяя в них главное, по- казывая взаимосвязи.

В процессе декоративного рисования ребенок осознает эмоциональное стилизованное воплощение образов в декоративной росписи, что помогает в осуществлении перехода от наглядно-образного мышления к абстрактному.

Совершенствуются творческие способности детей, художественный вкус.

Старших дошкольников отличает эмоционально яркая реак­ция на музыку. Появляется интонационно-мелодическая ори­ентация музыкального восприятия, значительно обогащается индивидуальная интерпретация музыки.

Возросшая активность, сознательность, самостоятельность ребенка позволяет ему значительно ярче проявлять себя в процессе эстетического восприятия окружающей действительности.

***Сроки реализации.***

Программа занятий рассчитана на 18,5 часов (37 занятий). В основу Программы положены занятия, которые строились по принципу концентричности. Для повышения эффективности психокоррекционного процесса желательно соблюдать следующую последовательность этапов:

***I-й этап – диагностический.***

Цель: изучение уровня агрессивности у детей.

Диагностика:

* Анкетирование родителей.
* Опросник для воспитателей «Преобладание ситуационно-личностных реакций расстройств поведения и эмоций у детей».
* Тест «Рука».
* Проективная методика «Несуществующее животное».

***II-й этап – информационный.***

Цель: информирование и консультация родителей и педагогов образовательного учреждения о имеющихся нарушениях в развитии детей и необходимости психокоррекционной работы.

***III-й этап – практический.***

Цель: профилактика и коррекция детской агрессивности.

***IV-й этап – контрольный.***

Цель: определение эффективности коррекционной работы.

***Формы и режим занятий.***

Занятия проводятся с группой 2 раза в неделю. В каждой группе от 8 до 10 человек. Идеальный вариант – одновозрастные группы, но группы могут быть разновозрастными. Продолжительность каждого занятия 30-40 мин.

***Структура занятий:***

1. Ритуал приветствия.
2. Разминка.
3. Основная часть (На этом этапе используются беседы, игры и упражнения, направленные на коррекцию и формирование конструктивных форм поведения).
4. Подведение итогов.
5. Ритуал прощания.

***Методы и приемы, используемые в программе:***

* словесные и подвижные игры на взаимодействие;
* ролевое проигрывание моделей желательного поведения в различных жизненных ситуациях;
* психогимнастика (имитационные игры);
* арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
* телесно-ориентированная терапия;
* сказкотерапия;
* метафорические этюды-релаксации;
* беседы, направленные на развитие самосознания ребенка;
* проигрывание проблемных ситуаций;
* релаксация;
* функциональная музыка;

***Ожидаемый результаты программы:***

1. Снижение уровня агрессивности.
2. Умение контролировать поведение.
3. Умение решать проблемные ситуации.
4. Повышение коммуникативных навыков.
5. Формирование новых стереотипов поведения.

**СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**



**ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АГРЕССИВНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

**«ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО»**



[**Игры**](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fwww.deti-club.ru%2Fcategory%2Figri&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNHdE0HgphLrWH-P6iEbb2Ngl00aJw)**,  направленные на снятие агрессии, помогают детям выплеснуть гнев, снять лишнее мышечное и эмоциональное напряжение, направить энергию в нужное, «созидающее» русло, настроить на спокойный и позитивный лад.**

Дети  выполняют определенные упражнения для того, чтобы утомить мышцы; а утомленные мышцы автоматически, без сознательных усилий, сами собой расслабляются. Остаётся лишь внимательно наблюдать за процессом расслабления. Эти игры можно проводить в качестве физ.минутки на занятии, во время свободной  деятельности детей, в перерывах между занятиями или вечером.

**Воробьиные драки**

Цель: снятие физической агрессии.

Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры. «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого

Минута шалости

Цель: психологическая разгрузка.

Ведущий по сигналу (удар в бубен, свисток, хлопок в ладоши) предлагает детям пошалить: каждый делает, что ему хочется – прыгает, бегает, кувыркается и т.п. повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.

**Злые добрые кошки**

Цель: снятие общей агрессии.

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, кивок головой) превращается в злую кошку: шипит и царапается. При этом выходить из «волшебного круга» нельзя. Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют: «Сильнее, сильнее, сильнее…», - и ребенок, изображающий кошку, делает все более активные «злые» движения. По повторному сигналу ведущего действие заканчивается, дети разбиваются по парам и опять по сигналу взрослого превращаются в злых кошек. Если кому-то не хватило пары, то в игре может участвовать и сам ведущий. 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 ласковым. По сигналу дети «превращаются» в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу.

**Жужа**

Цель: снятие общей коллективной агрессии.

Ведущий выбирает «Жужжу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить Жужжу, кривляясь перед ней6

Жужжа, жужжа, выходи,

Жужжа, Жужжа, догони!

«Жужжа» смотрит из окошка своего домика (со стула), показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят на «волшебную черту», выбегает и ловит детей. Кого «жужжа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен к «Жуже»).

**Обзывалки**

Цель: знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Дети передают по кругу мяч, при этом называя друг друга разными необидными словами. Это могут быть названия деревьев, фруктов, грибов, цветов… Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты…». Например «А ты морковка». В заключительном круге упражнения  участники обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты моя радость!»

**Рисуем стихотворение**

Цель: снятие агрессивности, развитие выразительных движений.

Педагог предлагает детям инсценировать стихотворение. Он читает и повторяет, дети инсценируют.

*Есть во дворе у нас мальчик Иван.*

*Он – ужасный хулиган!*

*Дразнит кошек и собак,*

*Не уймется он никак.*

*Ваня дерется со всеми подряд,*

*Встрече с ним никто не рад,*

*Скоро останется Ваня один,*

*Мы с ним дружить совсем не хотим!*

**Тучки**

Цель: снятие агрессивности, мышечного напряжения в области рук, развитие навыков саморегуляции, воображения.

Из бархатной бумаги синего цвета вырезать тучи. Под музыку П. И. Чайковского «времена года» наклеить тучи на лист акварельной бумаги. Дождь нарисовать пальчиковыми красками синего и голубого цвета.

**Хороводная игра «Зайка»**

Цель: снятие мышечного напряжения.

Дети становятся в круг, держась за руки. В центре круга стоит грустный зайка. Дети поют:

Зайка, зайка! Что с тобой?

 Ты сидишь совсем больной.

 Ты вставай, вставай, скачи!

 Вот морковку получи! (2 раза)

 Получи и попляши!

Все дети подходят к зайке и дают ему воображаемую морковку. Зайчик берёт морковку, делается весёлым и начинает плясать. А дети хлопают в ладоши. Потом выбирается другой зайка.

**Рисуем на ладошках**

Цель: снятие напряжения в области мышц рук, формирование доверия.

Выполняется в парах. Ребята закрывают глаза, протягивают друг другу руки: один ладонями вверх, другой – вниз. Один представляет какой-то образ и пытается передать его второму, поглаживая его ладонями (например: море, ветер, двое под фонарем и т.д.). Затем пары меняются.

**Лягушки**

Цель: на расслабление мышц лица.

Внимательно посмотрите, как я буду делать следующее упражнение. (Показать движение губ, соответствующее артикуляции звука «и», обратить внимание на напряжение и расслабление губ.) А теперь слушайте и делайте, как я.

Мы весёлые лягушки

 Тянем губы прямо к ушкам!

 Потяну – перестану!

 Губы не напряжены

 И расслаблены...

**Ласковый мелок**

Цель: Развитие навыков общения, снятие мышечного напряжения в области спины.

Проведение: Дети делятся на пары. Один ложится на пол. Другой – пальчиком на его спине рисует солнышко, цифру, дождик, букву. Первый должен догадаться, что нарисовано. После окончания рисования – нежным жестом руки «стереть» все нарисованное.

**Мыльные пузыри**

Цель: развитие воображения, выразительности движений, снятие напряжения.

Описание игры: Воспитатель или ребенок имитирует выдувание мыльных пузырей, а остальные дети изображают полет этих пузырей. Дети свободно двигаются. После команды «Лопнули!» дети ложатся на пол.

**Ласковый ветерок**

Цель: снятие напряжения в области мышц лица.

Дети сидят на стульчиках. Ведущий: «К нам в комнату залетел ласковый ветерок. Закроем глазки. Ветерок коснулся вашего личика. Погладьте его: лобик, щечки, носик, шею. Погладьте ласково волосики, руки, ноги, животик. Какой приятный ветерок! Откроем глазки. До свидания, ветерок, прилетай к нам еще».

**Упр. "Брыкание"**

Цель: Упражнение способствует эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения.

Ход: дети ложатся на спину на ковер. Ноги свободнораскинуты. Медленно они начинают брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается скорость и сила брыкания. На каждый удар дети говорят "Нет!", увеличивая интенсивность удара.

**Упр. "Кулачок"**

Цель: Упражнение способствует осознанию эффективных форм поведения, смещению агрегации и мышечной релаксации

Ход: дети берут в руку какую-нибудь мелкую игрушку или конфету. Ведущий просит сжать кулачок крепко-крепко, подержать кулачок сжатым, а затем раскрыть его - рука расслабится и на ладошке будет красивая игрушка или конфета.

**Игра "Карикатура"**

Цель: Игра помогает осознать свои личностные качества, дает возможность посмотреть на себя со стороны.

Ход: в группе выбирается один ребенок. Дети обсуждают, какие качества личности они ценят в этом ребенке, а какие им не нравятся. Затем группа предлагает нарисовать этого ребенка в шутливом виде. После рисования можно выбрать самый лучший рисунок. На следующем занятии предметом обсуждения может стать другой ребенок.

**Упр. "Лепим сказку"**

Цель: Работа с пластилином дает возможность сместить "энергию кулака".

Ход: 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, какой фрагмент они будут лепить и соотносят друг с другом свои замыслы.

**Упр. "Разыгрывание ситуации"**

* Ты вышел во двор и видишь, что два мальчика дерутся. Разними их.
* Тебе хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят.
* Попроси ее.
* Ты обидел своего друга. Попробуй помириться.

**Игра "Воробьиные драки"**

Цель: снятие физической агрессии.

Ход: Дети выбирают себе пару и "превращаются" в драчливых "воробьев" (приседают, обхватив колени руками). "Воробьи" боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры ("лечат крылышки и лапки у доктора Айболита"). "Драки" начинаются и заканчиваются по сигналу ведущего.

**Игра "Минута шалости"**

Цель: психологическая разгрузка.

Ход: Ведущий по сигналу (удар в бубен и т.п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется - прыгает, бегает, кувыркается и т.п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.

**Психолого-педагогические рекомендации для родителей детей, испытывающих агрессию**

**Очень важно:**

1. показать ребенку, что вы его любите и цените, даже если это трудно сделать, потому что ребенок разбушевался;

2. хвалить ребенка при каждом удобном случае. Но не стоит говорить: “Хороший мальчик" или “Хорошая девочка". Дети часто не обращают на это внимание. Лучше сказать: “Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом". Признание успехов, гордость и похвала родителей необходимы ребенку для развития стойкого чувства собственного достоинства. Если ему не удается завоевать внимание родителей хорошим поведением, то он пытается обратить на себя их внимание плохим поведением;

3. установить разумные границы. Нельзя все время все запрещать (“Не делай этого, не трогай того! ”), эти замечания действуют на нервы, приводят в бешенство. Но нельзя и все разрешать, это ведет к вседозволенности, ребенок теряет чувство меры;

4. определить четкие правила, ритуалы. Очень важный ритуал - ежедневный совместный ужин, во время которого ребенок ощущает семью как единое целое. Другой ритуал - приготовление ребенка ко сну. У родителей должно быть отведено для этого достаточно времени;

5. иногда требовать, чтобы ребенок отказался от своего желания. Если ребенок не научен уступать, реакция его всегда агрессивна. Очень важно, чтобы он научился терпеливо ждать исполнения своих желаний и требований;

6. старайтесь избегать крика и наказаний - это не пресечет плохого поведения, а лишь еще больше “взведет”;

7. старайтесь сразу же реагировать на агрессивное поведение, не дожидаясь, пока ребенок “сам поймет", что так делать нельзя. Если он сделал что-то неправильно, он должен узнать об этом немедленно;

8. объявите тайм-аут. Период успокоения является наиболее эффективным способом изменить плохое поведение. Маленькие дети должны быть усажены на стулья на две-три минуты, а дети постарше отправлены по своим комнатам. Только не делайте из этого наказание. Просто объясните, что предпринимаете такой шаг, потому что хотите, чтобы все пришло в порядок и чтобы все остались довольны;

9. старайтесь перевести агрессивное поведение в словесное русло: дождитесь, когда ребенок успокоится и поговорите о том, что вызвало столь бурную реакцию. Подчеркните, что такое поведение недопустимо и попытайтесь вместе найти альтернативное решение;

10. обязательно требуйте, чтобы за каждый проступок ребенок извинялся. Пусть сначала это будет лишь следствие вашей настойчивости, но постепенно ребенок привыкнет, что обиженного надо жалеть и просить прощения за неприятности, которые он причинил.

**Родителям на заметку**

**Как надо** вести себя родителям с агрессивным ребенком

Первым делом нащупать все болевые точки в семье.   
Нормализовать семейные отношения.   
Ликвидировать все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребенок, видя все, подражает.   
Принимать его таким, какой он есть, и любить со всеми недостатками.   
Что-то требуя от ребенка, учитывать его возможности, а не то, как Вам хотелось бы это видеть.   
Попытайтесь погасить конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.   
Дать понять ему, что он любим, даже если в семье появился новорожденный.   
Научить его общению ос сверстниками, уделяя максимум внимания при поступлении в детский сад.   
При драчливости ребенка главное – не разъяснить, а предотвратить удар.   
Помнить, что слово может ранить малыша.   
Понимать ребенка!

**Как** **не надо** вести себя родителям с агрессивным ребенком

Постоянно внушать ему, что он плохой. Помните, что отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку  у малыша и затрудняет его общение с внешним миром.   
Негибкими воспитательными мероприятиями загонять ребенка в угол, ожесточая его.   
Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность – это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия – не орудия сражения.   
Позволять ребенку даже нарочно стрелять во взрослых игрушечным пистолетом.   
Учить мучить домашних животных.   
Преднамеренно разжигать романтические чувства к одному из родителей.   
Все время подчеркивать и напоминать, что новорожденный лучше его.   
Культивировать вражду между ним и сверстниками.   
Оскорблять достоинство малыша грубыми словами.  
Не любить его или любить только «оценочной» любовью.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема занятия** | **Цели и задачи** | **Содержание** | **Количество занятий** | | |
| **I-й блок – «Здравствуйте, это Я» (2,5 часа)** | | | | Теоретические | | Практические |
| 1 | «Здравствуйте, это Я» | - повышение активности детей;  - снижение уровня тревожности;  - повышение самооценки ребенка;  - развитие коммуникативных навыков;  - развитие умения понимать свое эмоциональное состояние;  - развитие умения распознавать чувства другого; | - упр. «Давайте поздороваемся»  - упр. «Я есть, я буду»  - упр. «Что я люблю»  - упр. «Угадай по голосу» |  | 0, 5 | |
| 2 | «Здравствуйте, это Я» | - повышение активности детей;  - повышение самооценки ребенка;  - развитие коммуникативных навыков;  - развитие умения понимать свое эмоциональное состояние;  - развитие умения распознавать чувства другого; | - игра «Интервью»  - игра «Паровозик»  - релаксация «Самоуважение» |  | 0, 5 | |
| 3 | «Сказка о волшебных зеркалах» | - поддержание мотивации ребенка на познание самого себя;  - развитие коммуникативных навыков;  - повышение активности детей; | - чтение «Сказки о волшебных зеркалах» (часть 1);  - беседа и анализ сказки;  - рисование по сказке; |  | 0, 5 | |
| 4 | «Сказка о волшебных зеркалах» | - поддержание мотивации ребенка на познание самого себя;  - развитие коммуникативных навыков;  - повышение активности детей;  - развивать потребность в самоанализе и рефлексии; | - чтение «Сказки о волшебных зеркалах» (часть 2);  - беседа и анализ сказки;  - рисование по сказке;  - рисование «Автопортрет» |  | 0, 5 | |
| 5 | «Сказка о волшебных зеркалах» | - поддержание мотивации ребенка на познание самого себя;  - развитие коммуникативных навыков;  - повышение активности детей;  - укрепить интерес к самопознанию;  - развивать рефлексию;  - закрепить знания об основных составляющих Я-образа; | - чтение «Сказки о волшебных зеркалах» (часть 3);  - беседа и анализ сказки;  - рисование по сказке; |  | 0, 5 | |
| **II-й блок – «Азбука настроений» (10 часов)** | | | |  |  | |
| 6 | «Мое настроение» | - научить детей придумывать, фантазировать, обогатить словарь;  - сформировать ценности ненасилия и навыки саморегуляции;  - научиться определять свои чувства, практиковаться в их выражении словами и мимикой;  - сформировать установку на миролюбие и сохранение душевного равновесия в отношениях с людьми, на сопереживание и сочувствие; | - чтение 1-го отрывка сказки «Тише, пожалуйста»;  - игра «Замри-отомри»  - чтение 2-го отрывка сказки  - беседа по сказке и ее анализ |  | 0, 5 | |
| 7 | «Я и мои чувства» | - научить детей придумывать, фантазировать, обогатить словарь;  - сформировать ценности ненасилия и навыки саморегуляции;  - научиться определять свои чувства, практиковаться в их выражении словами и мимикой;  - сформировать установку на миролюбие и сохранение душевного равновесия в отношениях с людьми, на сопереживание и сочувствие; | - чтение 3-го отрывка сказки  - игра «Работа с чувствами»  - чтение 4-го отрывка сказки  - беседа и анализ сказки |  | 0, 5 | |
| 8 | «Добро и зло живут в одной душе» | - научить детей придумывать, фантазировать, обогатить словарь;  - подвести детей к осознанию своих переживаний и чувств, своего внутреннего мира;  - сформировать ценности ненасилия и навыки саморегуляции;  - научиться определять свои чувства, практиковаться в их выражении словами и мимикой;  - сформировать установку на миролюбие и сохранение душевного равновесия в отношениях с людьми, на сопереживание и сочувствие; | - игра «Ладошки»  - чтение 5-го отрывка сказки  - беседа по сказке  - чтение 6-го отрывка сказки  - игра «Работа с чувствами»  - игра «Замри-отомри»  - беседа по сказке и ее анализ |  | 0, 5 | |
| 9 | «Правила саморегуляции и ненасилия» | - научить детей придумывать, фантазировать, обогатить словарь;  - подвести детей к осознанию своих переживаний и чувств, своего внутреннего мира;  - сформировать ценности ненасилия и навыки саморегуляции;  - сформировать установку на миролюбие и сохранение душевного равновесия в отношениях с людьми, на сопереживание и сочувствие; | - беседа «Правила саморегуляции»  - тренинг «Как справиться со своими эмоциями»  - упр. «Цветок»  - упражнение на релаксацию  - упр. «Снежная баба»  - беседа «Копилка добрых дел» |  | 0, 5 | |
| 10 | «Копилка добрых дел» | - научить детей придумывать, фантазировать, обогатить словарь;  - подвести детей к осознанию своих переживаний и чувств, своего внутреннего мира;  - сформировать ценности ненасилия и навыки саморегуляции;  - сформировать установку на миролюбие и сохранение душевного равновесия в отношениях с людьми, на сопереживание и сочувствие; | - беседа «Копилка добрых дел»  - рисование ссоры  - беседа по рисункам |  | 0, 5 | |
| 11 | «Доброжелательность и смирение» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - чтение 1-го отрывка русской народной сказки «Морозко»  - беседа по сказке  - чтение 2-го отрывка сказки  - рисование по сказке  - игра «Работа с чувствами»  - чтение 3-го отрывка  - беседа по сказке и ее анализ  - тренинг «Как справиться со своими эмоциями»  - обсуждение проблемной ситуации  - работа с пословицами |  | 0, 5 | |
| 12 | «Доброжелательность и смирение» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - чтение 4-го отрывка сказки  - чтение 5-го отрывка сказки  - чтение 6-го отрывка сказки  - беседа по сказке  - творческое задание  - игра «Работа с чувствами»  - игра-театрализация  -беседа по сказке  - чтение 7-го и 8-го отрывка сказки  - игра «Ладошки» |  | 0, 5 | |
| 13 | «Недовольство» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - чтение 9-го, 10-го, 11-го, 12-го отрывков сказки  - беседа по сказке и ее анализ |  | 0, 5 | |
| 14 | «Что посеешь, то пожнешь» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - обсуждение действия «Принцип возврата»  - тренинг «Как справиться со своими эмоциями»  - работа с метафорами  - работа с пословицами и выражениями  - игра «Ладошки»  - выводы  - творческое задание |  | 0, 5 | |
| 15 | «Суровый нрав не прав» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - игра «Работа с чувствами»  - игра «Ладошки»  - работа с пиктограммами  - беседа по сказке и ее анализ |  | 0, 5 | |
| 16 | «Претензии» | - научить детей уважительно относиться к людям;  - развивать чувство эмпатии;  - воспитывать внимание и терпимость друг к другу;  - усвоить продуктивные способы взаимодействия людей друг с другом;  - воспитывать сдержанность и смирение, доброжелательность и великодушие;  - научить детей управлять своими желаниями и эмоциями; | - беседа с детьми  - обсуждение проблемных ситуаций  - тренинг «Как справиться со своими эмоциями»  - игра «Ладошки»  - выводы |  | 0, 5 | |
| 17 | «Встреча эмоций» | - осознание своего самочувствия;  - обучить детей эффективным способам общения;  - снятие негативных настроений и восстановление сил;  - снятие эмоционального и мышечного напряжения;  - снижение уровня агрессии; | - игра «Море волнуется»  - упр. «Попроси игрушку»  - упр. «Тух-тиби-дух»  - упр. «Спаси птенца» |  | 0, 5 | |
| 18 | «Прогноз настроения» | - осознание своего эмоционального состояния и окружающих людей;  - обучение эффективным способам общения;  - снижение уровня агрессивности;  - снятие мышечного и эмоционального напряжения;  - развитие коммуникативных навыков. | - упр. «Любовь и злость»  - упр. «Прогноз настроения»  - релаксация «Я помогаю другим» |  | 0, 5 | |
| 19 | «Наши эмоции» | - создание положительного эмоционального фона;  - знакомство детей с эмоциями радости, удивления, страха, гнева, горя.  - закреплять умение определять настроение по внешнему виду человека;  - развивать коммуникативные навыки;  - снижение уровня агрессии; | - упр. «Ток»  - игра «Сороконожка»  - беседа по рассказу  - игра «Раз, два, три – покажи»  - игра «Узнай настроение»  - игра «Хоровод»  - игра «Гармоничный танец»  - коллективная работа «Мы едем, едем, едем»  - упр. «Передай улыбку» |  | 0, 5 | |
| 20 | «Наши эмоции» | - снятие агрессивности;  - развитие навыков невербального общения;  - снятие мышечного и эмоционального напряжения; | - упр. «Пара противоположностей»  - упр. «Ласковый мелок»  - упр. «Щепки плывут по реке»  - релаксация «Я помогаю другим» |  | 0, 5 | |
| 21 | «Азбука настроений» | - выражение и отреагирование гнева и агрессии;  - развивать умение высказать свое желание;  - развитие навыков общения;  - развивать умение ребенка определять эмоциональное состояние по внешним признакам;  - снижение эмоционального напряжения. | - игра «Добрые волшебники»  - игра «Король»  - этюд «Король Боровик не в духе»  - упр. «Пиктограммы»  - упр. «Радость-Ярость-Гнев-Грусть» |  | 0, 5 | |
| 22 | «Четыре дочери года» | - поддержание мотивации ребенка на познание самого себя;  - развитие коммуникативных навыков;  - повышение активности детей; | - чтение сказки «Четыре дочери года»  - беседа по сказке и ее анализ |  | 0, 5 | |
| 23 | «В стране гномиков» | - формировать в игровой деятельности эффективное общение со взрослыми и со сверстниками;  - научить детей контролировать свои эмоции;  - снижение и отреагирование гнева и агрессии; | - графическая работа «Гном»  - упр. «Мы идем в лес»  - игра «Ниточка-иголочка»  - игра «Хлопушки»  - игра «Ходьба гуськом»  - игра «Обход медведя»  - игра «Кричалки-шепталки-молчалки»  - упр. «Найди отличия» |  | 0, 5 | |
| 24 | «В стране разбойников» | - формировать в игровой деятельности эффективное общение со взрослыми и со сверстниками;  - научить детей контролировать свои эмоции;  - снижение и отреагирование гнева и агрессии; | - упр. «Доброе животное»  - игра «Сороконожка»  - игра «Тень»  - игра «Художники»  - упр. «Мы-разбойники»  - игра «Потерялся ребенок» |  | 0, 5 | |
| 25 | «В гостях у клоунов» | - формировать в игровой деятельности эффективное общение со взрослыми и со сверстниками;  - научить детей контролировать свои эмоции;  - снижение и отреагирование гнева и агрессии; | - графическая работа «Клоун»  - упр. «Мы клоуны»  - игра «Послушай тишину»  - игра «Загадки»  - чтение «Сказки про клоуна»  - рисование по сказке» |  | 0, 5 | |
| **III-й блок – «Давайте жить дружно» (6 часов)** | | | |  |  | |
| 26 | «Уходи, злость, уходи» | - научить детей контролировать свои движения;  - снять невербальную агрессию;  - предоставить ребенку возможность выплеснуть гнев приемлемым способом;  - снижение эмоционального и мышечного напряжения;  - развитие коммуникативных навыков. | - игра «Толкалки»  - игра «Два барана»  - игра «Добрые-злые кошки»  - игра «Воробьиные драки» |  | 0, 5 | |
| 27 | «Уходи, злость, уходи» | - помочь детям переключиться на активную деятельность после сидячей работы;  - снижение эмоционального и мышечного напряжения;  - снижение и отреагирование гнева и агрессии; | - упр. «Рубка дров»  - упр. «Обзывалки»  - упр. «Курицы и петух»  - упр. «Маленькое привидение» |  | 0, 5 | |
| 28 | «Уходи, злость, уходи» | - расслабление мышц нижней части лица и кистей рук;  - снятие эмоционального и мышечного напряжения;  - снижение и отреагирование гнева и агрессии;  - развитие коммуникативных навыков; | - игра «Рычи, лев, рычи; стучи, поезд, стучи»  - пантомима «Кошка добрая – кошка злая»  - упр. «Драка»  - упр. «Да и нет» |  | 0, 5 | |
| 29 | «Я и мои друзья» | - снижение уровня агрессии в процессе межличностных взаимодействий;  - развитие коммуникативных умений и эмоционально-выразительных движений;  - развитие групповой сплоченности и доверия детей друг к другу. | - игра «Кенгуру»  - игра «Ученый»  - упр. «Коровы-собаки-кошки»  - релаксация «Апельсин» |  | 0, 5 | |
| 30 | «Мы вместе» | - развитие групповой сплоченности и доверия детей друг к другу;  - снятие психоэмоционального напряжения;  - снижение уровня агрессии и ее отреагирование;  - снятие мышечных зажимов. | - игра «Озорной двойник»  - упр. «Волшебная котомка»  - упр. «Мы охотимся на льва»  - этюд «Разговор с деревом»  - релаксация «Водопад» |  | 0, 5 | |
| 31 | «Мы вместе» | - развитие эмоционально-выразительных движений;  - развитие и совершенствование коммуникативных навыков;  - удовлетворение потребности в признании;  - снижение уровня агрессии;  - снятие эмоционального и мышечного напряжения. | - игра «Отражение в зеркале»  - игра «Дотронься до…»  - игра «Птенцы»  - релаксация «Поделись с ближним» |  | 0, 5 | |
| 32 | «Мы вместе» | - развитие групповой сплоченности и доверия детей друг к другу;  - снятие психоэмоционального и мышечного напряжения;  - снижение уровня агрессии и ее отреагирование; | - упр. «Да и нет»  - упр. «Ласковый мелок»  - упр. «Щепки плывут по реке»  - релаксация «Волшебные туфли» |  | 0, 5 | |
| 33 | «Добрые волшебники» | - снижение психомышечного напряжения;  - снятие и отреагирование агрессии;  - развитие эмпатии;  - закрепление адекватных форм проявления эмоций;  - развитие социального доверия. | - игра «Добрые волшебники»  - игра «Король»  - упр. «Это я, узнай меня»  - релаксация «Достань звезду» |  | 0, 5 | |
| 34 | «Добрые волшебники» | - снижение психомышечного напряжения;  - снятие и отреагирование агрессии;  - развитие эмпатии;  - закрепление адекватных форм проявления эмоций;  - развитие социального доверия. | - игра «Цвета»  - упр. «Компот»  - этюд «Дождь в лесу»  - релаксация «Отдых на море» |  | 0, 5 | |
| 35 | «Вместе веселей» | - развитие групповой сплоченности и доверия детей друг к другу;  - снятие психоэмоционального напряжения;  - снижение уровня агрессивности;  - снятие мышечных зажимов. | - упр. «Качели»  - игра «Кенгуру»  - упр. «Добрый-злой, веселый-грустный»  - релаксация «Полет высоко в небо» |  | 0, 5 | |
| 36 | «Вместе веселей» | - развитие произвольности и самоконтроля;  - развитие внимания и эмоционально-выразительных движений;  - удовлетворение потребности в признании;  - снятие психоэмоционального напряжения;  - снижение агрессивности ребенка и ее отреагирование;  - развитие коммуникативных навыков. | - игра «Ручеек»  - рисование «Волшебные зеркала»  - беседа по рисункам  - игра «Кричалки-шепталки-молчалки»  - релаксация «Тихое озеро» |  | 0, 5 | |
| 37 | «Давайте жить дружно» | - профилактика агрессии;  - развитие и совершенствование коммуникативных навыков;  - снятие мышечного и эмоционального напряжения;  - повышение значимости в глазах окружающих;  - снятие эмоционального и мышечного напряжения | - упр. «Прошепчи ответ»  - упр. «Гусеница»  - упр. «Эмоции»  - релаксация «Путешествие на облаке» |  | 0, 5 | |
| **ИТОГО – 18,5 часов** | | | |  | | |

**Литература:**

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. – СПб.: Речь, 2007 г.
2. Алябьева Е.А. Коррекционно – развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста.
3. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. – М., 1999 г.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль, 1997 г.
5. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Речь, 2001 г.
6. Куражева Н. Ю., Вараева Н.В., Тузаева А. С., Козлова И. А. «Цветик-семицветик» Программа интеллектуального, эмоционального и волевого развития детей 5 - 6. СПб., Речь ; М.: Сфера, 2011 г.
7. Першина Н.А. Коррекционно-развивающая программа по формированию навыков коммуникативной деятельности: Методическое пособие. – Бийск: НИЦ БПГУ, 2000 г.
8. Фесюкова Л.Б. Учусь управлять собой Комплексные занятия и игры для детей 4 - 7 лет. Х.: ЧП «АН ГРО ПЛЮС», 2010 г.
9. Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 1998 г.
10. Чистякова М.И. Психогимнастика / под рд. М.И. Буянова. – М.: Просвещ**е**ние, 1990г.
11. Шитова Е.В. Работа с детьми – источник удовольствия: методические рекомендации по работе воспитателей с детьми и родителями. – Волгоград «Панорама», 2006