

**Материал для семинара – практикума
«Коррекция агрессивного поведения детей и подростков»**

**Волкова Вероника Викторовна
педагог-психолог МДОУ №74 «Филиппок»**

**Занятие на тему: «Давайте жить дружно»
(для детей старшего дошкольного возраста)**

Программное содержание:

1. Формировать позитивное отношение к сверстниками.
2. Способствовать выражению речевой агрессии в социально приемлемой форме.
3. Учить детей выражать негативное поведение, противоречащее нормам и правилам общества, в рисунке.
4. Знакомить со способами снятия негативных настроений.

Материалы:

Магнитофон; аудиозаписи; воздушные шарики (по 2 на каждого ребенка); мыльные пузыри; набор цветных карандашей и листы бумаги (для каждого ребенка); мешочек с фасолью или горохом (на каждого ребенка); мишень; большая картонная труба, наполненная поролоном для погашения звука.

Ход занятия:

I этап. Организационный.

Приветствие.

- Добрый день, ребята! Я рада вас видеть! Скажите, пожалуйста, какое у вас в данный момент настроение? (*Ответы детей*). Вот видите, настроение может быть разным: веселым и радостным, а бывает грустным и даже злым. Давайте мы с вами передадим друг другу хорошее настроение (*задание выполняется по кругу, начиная с педагога-психолога*).

- Ребята, сегодня на занятии мы с вами будем учиться сердиться, но так, чтобы никому не причинять вреда.

Упражнение «Ругаемся овощами»

- Ребята, когда у людей злое настроение, они могут ссориться, ругаться друг с другом. И я предлагаю вам поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска» и т.д. (*Дети выполняют задание*).

II этап. Практический.

Беседа по пиктограмме «Гнев».

На магнитной доске – сюжетная картинка «Гнев».

- Ребята, как можно узнать разгневанного или злого человека. (*Ответы детей*).

- Брови у злого человека опущены и сведены вместе, глаза раскрыты, губы сжаты, зубы стиснуты. Кисти рук сжаты в кулаки, он может сильно размахивать руками или топать ногами, громко кричать.

- Давайте все вместе изобразим гневного, злого человека. Посмотрите друг на друга. (*Дети выполняют задание*)

Упражнение «Скажи фразу»

- Ребята, постарайтесь зло сказать фразу: «Сегодня шел дождь». (*Дети выполняют задание*). Молодцы!

Упражнение «Способы выражения агрессии»

- Ребята, как вы думаете, можно или нельзя злиться, гневаться на других людей? На друзей? Почему? (*Ответы детей*).

- Я хочу открыть вам тайну: взрослые тоже злятся, но умеют это делать, не причиняя никому вреда. Вспомните, что вы делаете, когда разозлитесь на кого-нибудь? (Кидаете

вещи, бьете обидчика и т.д.). А сейчас мы научимся сердиться и никого при этом не обижать.

Возьмите воздушные шарики, надуйте их и держите так, чтобы он не сдувался. (*Дети выполняют задание*).

Представьте себе, что шарик – это ваше тело, а воздух внутри шарика – это ваш гнев или злость.

Как вы думаете, что случиться с шариком, если его сейчас выпустить из рук? (*Он улетит*).

Отпустите шарик и проследите за ним. (*Дети отпускают шарик. Он быстро перемещается из стороны в сторону*).

Заметили, что шарик был совершенно не управляемым? Так бывает и со злым человеком. Он может совершать поступки, не контролируя их. Может обидеть или даже ударить кого-нибудь.

Теперь надуйте другой шарик и попробуйте выпускать из него воздух маленькими порциями. (*Дети выполняют задание*).

Что теперь происходит с шариками? (*Он сдувается*).

А что происходит с гневом внутри шарика? Можно им управлять? (*Он выходит из него. И этим гневом можно управлять*).

Если гнев еще остался внутри нас, можно выпустить его с помощью мыльных пузырей. Давайте попробуем! (*Дети выдувают мыльные пузыри*).

А еще, ребята, гнев и злость можно пропустить через стопы наших ног. Давайте встанем и сильно-сильно потопаем. Наши стопы сначала станут теплыми, потом горячими, потому что через них выходит гнев. Давайте потопаем. (*Дети выполняют задание*).

Возьмите мешочки (с горохом или фасолью) и представьте, что мы собрали остатки нашего гнева в мешочек. Давайте подержим мешочек на ладони. Чувствуете, какой тяжелый гнев? Сожмите его и со всей силы киньте в мишень. (*Дети выполняют задание*).

А сердитые слова можно произнести в трубу. Попробуйте сделать это. (*Дети выполняют задание*).

Вы почувствовали, как стало легко и весело! Мы с вами сердились, но никакого вреда никому не причинили.

Упражнение «Рисование своего гнева»

Ребята, зайдите за столами и нарисуйте свой гнев или то, что вы чувствуете, делаете в состоянии гнева; вспомните, на что или на кого был похож гнев. Может быть, на животное или бесформенное облако? (*Дети выполняют задание, а затем рассказывают, что они нарисовали*)

Упражнение «Апельсин» (релаксация).

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги расставлены в стороны.

- Ребята, представьте, что к вашей правой руке подкатывается апельсин, возьмите его в руку и начинайте выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 сек.)

Разожмите кулачок, откатите апельсин. Ручка теплая..., мягкая..., отдыхает....

Затем апельсин подкатился к левой руке. *И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнение 2 раза (при этом поменять фрукты)*.

III этап. Заключительный.

Подведение итогов. Рефлексия.

- Ребята, можно ли нам злиться, гневаться? (*Можно. Только надо это делать так, чтобы никого не обижать*).

-Кто у нас сегодня злился лучше всех? (*Ответы детей*). Давайте расскажем, как можно злиться, не причиняя никому вреда (*Ответы детей*).

- На этом наше занятие подошло к концу. Давайте улыбнемся друг другу. Вы замечательные дети! До свидания!

Используемая литература:

1. Н.П. Сазонова, Н.В. Новикова «Преодоление агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду и семье» : Учебно-методическое пособие. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2010г.
2. «Цветик – семицветик» Программа психологического-педагогических занятий для дошкольников» под ред. Н.Ю. Куражевой. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011г.
3. М.А. Панфилова «Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2000г.