

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

Государственное бюджетное учреждение Свердловской области

«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс»

ул. Машинная, д. 31, г. Екатеринбург, 620142 тел./факс (343) 221-01-57

E-mail: centrresurs@gmail.com



**ТЕХНОЛОГИИ ПОСТРОЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ И В СОЦИУМЕ**

Методические рекомендации для педагогов,
специалистов образовательных учреждений и родителей (законных представителей)

В методических рекомендациях представлены технологии построения эффективного взаимодействия родителей по профилактике агрессивного поведения детей в семье и в социуме. Сформированы практические рекомендации для специалистов и родителей по профилактике агрессивного поведения детей в возрасте до 3 лет, приведено описание методов и приемов, а также интересных игр для совместной деятельности взрослого и ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Пособие адресовано родителям детей раннего возраста, а также педагогам, работающим с данной категорией воспитанников.

В пособии проанализированы работы, освещающие вопросы возрастной психологии (С.Г. Якобсон), воспитания и развития детей раннего возраста (Н.М. Щелованов, К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина), развитие образа себя и привязанностей у детей от рождения до трех лет в семье и доме ребенка (Авдеева Н.Н., Хаймовская Н.А). Используются методические рекомендации по диагностике психического развития детей от рождения до 3 лет (А.А. Венгер, Г.В. Пантюхина, К.Л. Печора, Э.Л. Фрухт), профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста (Ковалева И. В.)

Составитель: Агеева Екатерина Ивановна, педагог-психолог ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс».

Содержание

	Введение	4
1.	Агрессивное поведение в раннем возрасте	5
	1) Понятие агрессии, агрессивности и агрессивного поведения	5
	2) Виды агрессивного поведения	5
2.	Причины агрессии	6
	1) Влияние микроклимата в семье	7
	2) Когда проявляется детская агрессия?	8
3.	Технологии построения эффективного взаимодействия родителей по профилактике агрессивного поведения детей в семье и в социуме	9
	Заключение	12
	Приложение	13
	Литература	18

Введение

Как много негативного в современном мире! И все это зачастую находит прямое отражение в детях. Несговорчивые, нетерпеливые, агрессивные, они становятся заложниками условий, в которых растут и развиваются.

Агрессия - слово многозначное. Можно говорить о непреднамеренной, игровой агрессии. Об агрессии как самоутверждении. [4, С. 3]. Все чаще и чаще можно услышать сегодня фразы: «Какой агрессивный ребенок! Откуда в нем столько агрессии?» Чтобы разобраться в этом, для начала важно знать, что агрессивность является нарушением поведения ребенка, а не симптомом психического заболевания. Необходимо помнить, что некоторые трудности в поведении детей носят возрастной характер и связаны с переживанием одного из кризисов развития (1 года, 3 лет). И эти периоды в жизни ребенка, несмотря на всю сложность, свидетельствуют о нормальном ходе процесса психического развития дошкольника. Кроме того, например, с точки зрения гештальт-психологии агрессия необходима для выживания и носит функции защиты и сохранения «своей среды» или конструктивного ее изменения.

Агрессивное поведение - одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели. Агрессивный ребенок, так могут быть охарактеризованы многие из ребят, причем такое их поведение ярко проявляется не только при взаимодействии со сверстниками, но и со взрослыми. Можно с большой уверенностью предполагать, что решающее значение в становлении агрессивного поведения ребенка играет семейная среда и воспитание. Если его родители ведут себя агрессивно (вербально, физически), применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям агрессии у ребенка, то наверняка у него эти проявления будут повсеместными и станут чертой характера. Агрессивность ребенка может быть физически и психически обусловленной. Агрессивность нельзя воспринимать однозначно отрицательно, так как она играет еще и защитную функцию - функцию самосохранения как физического, так и эмоционального.

Агрессивность как в форме настойчивости, упрямства (недеструктивная), так и в форме враждебности и ненависти (деструктивная) влияет на наше эмоциональное развитие и благополучие, на формирование личности, на наше психическое здоровье. Без преувеличения можно сказать, что способность ребенка справляться со своей агрессией определяет его будущее благополучие и развитие его индивидуальных и социальных качеств.

1. Агрессивное поведение в раннем возрасте

1) Понятие агрессии, агрессивности и агрессивного поведения в психологии

Стоит определить, что мы будем понимать под словом «агрессия». Агрессия у детей – эмоциональная реакция на происходящее. Она не плоха сама по себе, поскольку дает ощущение силы, позволяет отстаивать свои интересы и защищать близких людей. Другое дело агрессивность – предрасположенность к нападению, разрушительным действиям, враждебное реагирование на нежелательные перемены. Детская агрессия будет проявляться в агрессивных действиях, совершаемых ребенком по отношению к другим людям. Это могут быть укусы, щипки, царапанья, попытки ударить и другие способы причинить им физическую боль. К агрессивным действиям можно отнести и намеренную порчу ребенком игрушек и других предметов в приступе злости и гнева. «Бранные» слова, которые произносит ребенок в адрес близких - «убью», «выброшу» и т.п., - это проявления вербальное (словесной) агрессии. Слова «злость» или «гнев» будем относить собственно к эмоциональному состоянию ребенка, переживаемым им отрицательным чувствам.

2) Виды агрессии

Агрессия у детей во многом зависит от темперамента. Малыши-сангвиники учатся договариваться. Флегматики и меланхолики сильно обижаются. Холерики проявляют гнев часто и в полной мере. Выделяются такие виды агрессии:

- Физическая (нападение) – сила используется против человека, животного, неодушевленного объекта;
- Прямая – направленная против конкретного субъекта;
- Инструментальная – средство достижения определённой цели;
- Вербальная – выражение негативных чувств через крики, визги, ссоры, ругань, угрозы;
- Враждебная – ставит цель причинения физического или морального вреда интересующему объекту;
- Косвенная – злобные шутки, взрывы ярости, топанье ногами, битье кулаками по столу.

2) Причины агрессии

Агрессивное поведение у детей может ставить в тупик даже опытных мам и педагогов. Оправдывать его малым возрастом, кризисами или недомоганием получается не всегда. Бывает, что агрессия у малыша становится нормой и его неохотно встречают на детской площадке другие дети. Чтобы помочь ребенку справиться со своими эмоциями, взрослым важно понять причины враждебности по отношению к окружающему миру.

Во время приступов детской агрессии близким следует соблюдать спокойствие и выдержку. Важно поставить себя на место малыша и понять, что он чувствует. Проще всего это сделать, если задаться вопросом: «Почему моему малышу сейчас настолько плохо, что ему хочется что-то швырнуть или разбить, кого-то ударить? Так что же служит причинами вспышек агрессии и агрессивного поведения у детей?

- Наиболее часто встречающуюся группу причин можно квалифицировать как «Проблемы в семье». Причем это могут быть как сложности во взаимоотношениях между родителями и ребенком, так и проблемы взрослых, которые непосредственно к малышу не имеют отношения: развод, смерть близкого родственника.

- Дети так же, как и взрослые имеют свои индивидуальные особенности. Поэтому вторую группу причин можно отнести к «Личным особенностям». Ребенок может быть легко возбудимым, тревожным, раздражительным. Ему трудно контролировать свои эмоции, поэтому любая мелочь может привести его в ярость.

- И последнюю группу можно охарактеризовать как «Ситуативные причины». Усталость, плохое самочувствие, жара, длительное монотонное времяпрепровождение, некачественная еда. Такие вещи могут вывести из себя не только ребенка, но и взрослого.

Борьба с враждебным поведением не должна сводиться к усмирению юного бунтаря любой ценой. Прежде всего, он нуждается не в наказании, а в понимании, заботе и помощи. Проще навесить ярлык: «неуправляемый», «непослушный», но это будет неправильно.

1) Влияние микроклимата в семье

Ну а теперь давайте попробуем понять, что движет малышом, набрасывающимся с кулаками на свою любимую маму, бабушку и остальных. Что происходит с ребенком к двум годам - возрасту, в котором чаще всего начинает проявляться агрессия против родителей? Ребенок взрослеет: он научился управлять своими ручками и ножками, овладел своим телом настолько, чтобы передвигаться самостоятельно и исследовать окружающий мир, научился с помощью простых слов обозначать для родителей свои желания. И понял, что до некоторой степени он управляет своими родителями. Он заплакал - мама подошла, описался - мама переодела, проголодался - мама накормила и т.п. По мере своего развития ребенок совершенствует способы привлечения к себе внимания, пребывая до поры до времени в счастливом заблуждении, что и впредь мама будет угадывать все его желания и удовлетворять все его потребности. И вот однажды он сталкивается с ситуацией, в которой мама говорит ему «нет». Рано или поздно маме становится тяжело подстраиваться под все возрастающие нужды ребенка. Ее отказ выполнить то или иное желание ребенка может вызвать довольно сильный гнев. По внутреннему ощущению ребенка и по предшествующему опыту его жизни мама «не имеет права» отказывать ему. Он привык получать то, чего хочет, и не понимает, почему должно быть иначе. Ребенок начинает протестовать, злиться, прибегая при этом к простейшей агрессии. Нормально это? Абсолютно нормально! Злость - нормальная реакция здорового организма на преграду, мешающую получить желаемое. Однако ребенок еще не понимает того, что хорошо усвоили в детстве его родители. Далеко не всегда мы можем получить желаемое сразу. Порой нам приходится не только терпеливо ждать, но и прикладывать значительные усилия для достижения желаемого, терпя при этом всяческие неудобства. Более того, иногда, несмотря на все усилия, мы не можем удовлетворить свое желание. И с отрицательными чувствами в этой связи надо тоже научиться справляться. Вот именно этого опыта смирения, откладывания своего желания «на потом» пока не хватает ребенку. Наша общественная социальная жизнь подчинена многим ограничениям и запретам, которые пока неведомы ребенку. Хотя для родителей эти запреты уже давно стали нормой и действуют автоматически. И того же они ожидают от своего ребенка. «Как он не понимает, ведь этого же нельзя!» А он не понимает, вернее, еще не понял. Ребенок не рождается с умением «терпеть» и «ждать», этому ему надо будет научиться. И учиться он будет на всем

протяжении дошкольного возраста (и дальше всю жизнь). Задача родителей - помочь ему в этом, не потворствуя, но и не торопя его и не осуждая.

Итак, домашнее окружение (родители, бабушки, дедушки) – эталон, по которому младшее поколение строит поведение.

- Менее агрессивны ребята, родители которых не проявляли в их отношении ни снисходительности, ни серьезных наказаний. Их правильная позиция – осуждать враждебность, открыто говорить об этом с детьми, обходиться без строгих наказаний в случае проступков.

- Наоборот, дети родителей, склонных к телесному наказанию перенимают у них пример гневного поведения. Чувствительные к родительской строгости малыши быстро учатся подавлять враждебные импульсы в их присутствии. Зато вне дома они становятся нервными, выбирают слабую жертву в коллективе и отыгрываются на ней.

- Если наказания вызывают физическую боль или сильно расстраивают, малыши могут забыть их причину, не усвоить правила приемлемого поведения. Под давлением взрослых они сильно меняются, но повинуются только тогда, когда за ними пристально следят.

2) Когда проявляется детская агрессия?

Когда малыш не испытывает чувства страха и нужды, ему комфортно. Он спокойно играет с детьми или фантазирует о чем-то. Враждебность по отношению к взрослым, сверстникам, окружающей среде у него возникает в таких случаях:

- его бьют, над ним издеваются;
- злые шутки и подколы в адрес ребенка;
- родительское пьянство и дебоши;
- недоверие родителей;
- ревность по отношению к одному из членов семьи;
- чувство ребенка, что его не любят, игнорируют;
- недоверие родителей к ребенку;
- чувство незаслуженного стыда;
- настраивание против ребенка его братьев и сестер.

В воспитании молодого поколения рекомендуется избегать крайностей. Одинаково плохо отражаются на формировании личности представления полной свободы и гиперопека. Чрезмерная опека над детьми обычно приводит к инфантилизму, неспособности противостоять стрессовым ситуациям, нормально общаться со сверстниками. Инфантильные ребята часто становятся жертвами агрессии со стороны других детей.

Какова бы ни была причина и вид агрессии, малыш попадает в замкнутый круг. Испытывая недостаток любви и понимания, он отталкивает своим поведением окружающих, вызывает неприязнь. Это усиливает его ответные негативные эмоции, поскольку дитя не знает, как можно потребовать внимания по-другому.

Недружественное отношение окружающих возбуждает в ребенке чувство страха и гнева. Его поведение считается асоциальным, но на самом деле является отчаянной попыткой создать связь с близкими людьми. До проявления явной агрессии ребенок выражает свои желания в более мягкой форме. Поскольку они остаются незамеченными, проявляется враждебное поведение.

3) Технологии построения эффективного взаимодействия родителей по профилактике агрессивного поведения детей в семье и в социуме.

Первый шаг на пути в борьбе с агрессией – внимание к сыну или дочери. Родители хорошо знают своего ребенка и часто могут предотвратить внезапные вспышки гнева. В отношении физической агрессии это сделать проще, чем в отношении вербальной. Когда ребенок надул губки, сузил глазки или по-иному выразил закипающие эмоции, его следует отвлечь от негатива криком, интересным занятием, удержать за плечи или отвести руку.

Если агрессивный порыв не удалось предотвратить, важно объяснить ребенку, что его поведение некрасиво и неприемлемо. Провинившегося следует сурово осудить и заставить убрать причиненный разгром, а объект вражды окружить вниманием и заботой. Тогда ребенок поймет, как он проигрывает от своего поведения и будет более внимателен к советам старших.

Поначалу ребенок будет отвергать замечания взрослых, отказываться убирать за собой и признавать вину. Рано или поздно фраза «если ты

достаточно большой чтобы все порушить, то и убрать за собой ты тоже сможешь» будет им осмыслена. Уборка сама по себе – не наказание. Довод, что «большой» мальчик должен нести ответственность за поступки, сильнее повлияет на ребенка. После уборки важно поблагодарить маленького помощника.

Вербальную (словесную) агрессию предотвратить сложно и реагировать придется после того, как обидные фразы сказаны ребенком. Желательно их проанализировать и попытаться понять переживания малыша. Возможно, он не знает, как по-другому выразить эмоции или же хочет испытать превосходство над взрослыми. Когда враждебно настроенный и нервный ребенок оскорбляет других детей, взрослые должны рассказать им о том, как достойно дать отпор.

Умение слушать и понимать оппонента, позволять ему высказывать свое мнение, будет полезен ребенку. Общаться и давать ему рекомендации желательно не на ходу, в спокойной доверительной обстановке. Взрослым важно продемонстрировать доверительные отношения к проблемам сына или дочери, признать детские чувства («...понимаю, как тебе обидно»). Нелишними будут паузы, которые помогут успокоиться, и чувство юмора.

Снизить немотивированную агрессивность ребенка позволят мероприятия, на которых он сможет понять, что есть иные способы привлечения внимания и проявления силы. Чтобы казаться старше и взрослее, ему не обязательно самоутверждаться за счет слабых, а недовольство чем-либо выражать плохими словами. Ниже перечисленные рекомендации, помогут детям выплеснуть негативные эмоции:

- рвать на куски листик бумаги, который всегда есть в кармане;
- громко покричать в «мешок крика»;
- побегать и попрыгать на стадионе, игровой площадке и т.д.;
- периодически выбивать коврики и подушки (полезно для драчунов);
- проговаривать свои чувства («я злюсь», «я расстроен»), как учат взрослые.

Ребенок слишком мал для того, чтобы воспринимать и использовать на практике теоретические наставления взрослых, но все же есть способ воспитания у ребенка культуры общения. Это игра.

Именно через игру малыш познает окружающий мир и происходящие в нем явления и процессы. Игра, без преувеличения, средство социализации ребенка. Один из способов – это разыгрывание сложных ситуаций с игрушками. Один медвежонок ударил другого, кукла отняла у зайчика игрушку и т.д. Разыгрывайте те ситуации, которые чаще всего вызывают вспышки агрессии у вашего ребенка. Сначала берите на себя все роли, пусть это будет спектакль, за которым ребенок будет просто наблюдать. Затем

предложите ему самому стать активным участником действия. Но будьте осторожны. Не заглушите инициативу ребенка излишней требовательностью и назидательностью. Понаблюдайте за поведением ребенка, за тем, как он играет роль, а затем, в следующий раз, взяв роль на себя, больше внимания уделите тем моментам, где ребенок ошибся, не смог усвоить каких-то правил.

Еще один замечательный прием – предоставить детям возможность научить игрушки правильно себя вести. Пусть ребенок подскажет двум котикам, как быть, если игрушка всего одна, а поиграть хотят оба. Расскажет собачкам, можно ли кусать друг друга, и т.д. Малыш в этой ситуации чувствует себя взрослым, авторитетным, компетентным. Повышается его самооценка, лучше усваиваются нормы и правила поведения. Этот прием более эффективен, если перед этим в играх-драматизациях вы продемонстрируете ребенку правила взаимодействия с окружающими.

Большой знаток детской игры Д. Б. Эльконин утверждал, что дети до трех лет играют рядом, но не вместе. Для того чтобы снизить агрессивные выпады детей по отношению друг к другу, надо научить их видеть и чувствовать своих сверстников. И для этого тоже есть замечательные игры, позволяющие малышу идентифицировать себя со сверстниками. Это игры, где дети выполняют вместе одинаковые движения, например, прыгают, как зайчики, «летают», как самолеты, «клюют» зернышки, как воробьи, и т.д.

Заключение

Детская агрессивность - одно из тяжелых испытаний для родителей. Дети сами часто не могут справиться со своей агрессивностью, и когда они становятся взрослыми, проблема управления агрессивным поведением остаётся для них чрезвычайно важной.

Ребенок также может проявлять агрессивность против животных или материальных объектов. Под агрессивностью понимают действия ребенка, направленные на нанесение физического или психического вреда (ущерба) другому человеку или самому себе.

Среди существующих нарушений у детей дошкольного возраста данная проблема самая распространенная. Детская агрессивность выражается в готовности к поведению, которое противоречит нормам поведения в обществе и может приводить к нанесению физического и морального ущерба. При этом дети дошкольного возраста, проявляющие агрессивное поведение, чаще всего, не имеют самого агрессивного мотива.

Первая причина появления признаков агрессивного поведения у дошкольников лежит в природе социализации: наиболее экономный для ребенка путь социализации - подражание взрослому. Ребенок, видя агрессию у взрослых, подражает им. Агрессивность пока еще не является чертой характера ребенка, она взята им на вооружение как «подсмотренный» у взрослых способ поведения. Если на этом этапе агрессия не пресекается, если взамен ребенка не учат другим способам поведения, если, более того, она поддерживается взрослыми, то очень скоро ребенок начинает проявлять агрессивность осознанно.

Агрессивность у детей или вспышки детской агрессии можно и нужно пресекать. Для этого нужно научиться слушать своего ребенка, понять, почему у него возникают вспышки агрессии. Разобраться в сложившейся ситуации. Понаблюдать за своим поведением как родителя, как друга своего ребенка.

Для того чтобы устранить нежелательные вспышки агрессии у ребенка, родителям стоит уделять больше внимания своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность.

Для профилактики агрессии важно создать в доме атмосферу теплоты, заботы, взаимной поддержки. Уверенность в родительской любви и защите помогает ребенку взрослеть и становиться успешной личностью. Чем более уверенными в себе он станет, тем меньше в нем останется эгоизма, тем реже его будут посещать негативные эмоции. Требования взрослых по отношению

к своим наследникам должны быть разумны и дети должны понимать, чего от них ждут.

Представленные технологии направлены на предупреждение агрессивности у детей раннего возраста путем формирования позитивного отношения к себе и окружающим, формирования умений и навыков конструктивного общения у детей раннего возраста. Исходя из специфики раннего возраста, вся работа проводится в игровой форме. Эти игры просты и доступны родителям, могут использоваться в разных жизненных ситуациях.

ИГРА «СОЛНЕЧНЫЕ ЗАЙЧИКИ»

Возраст. С 2 лет.

Цель. Снятие эмоционального напряжения, повышенного настроения.

Содержание. Взрослый с помощью маленького зеркала пускает солнечного зайчика, произнося стихотворение:

Солнечные зайчики
Играют на стене,
Поманю их пальчиком,
Пусть бегут ко мне.
Ну, лови, лови скорей.
Вот он, светленький кружок,
Вот, вот, вот — левей, левей!
Убежал на потолок.

Дети ловят зайчика на стене. Хорошо направить его повыше, чтобы дети подпрыгивали, стараясь его достать.

ИГРА «ЦВЕТЫ»

Возраст. С 2 лет.

Цель. Нейтрализация негативных переживаний.

Содержание. Ребенок располагается произвольно. Взрослый читает стихотворение, сопровождая его игровыми действиями.

Брошу в землю семена — Поливать мне их пора.

(Взрослый легко касается головы каждого ребенка, дети приседают)

Из зеленых из росточков появляются цветочки.

(Взрослый поглаживает каждого ребенка по голове, дети соединяют ладошки над головой. Поглаживает ладошки детей. Дети встают)

Наши алые цветки распускают лепестки.

(Дети разводят ладошки)

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет.

(Дети дуют, покачивают руками над головой)

ИГРА «РАСТИ-РАСТИ, ЦВЕТОЧЕК!»

Возраст. С 1,5 лет.

Цель. Снятие у ребенка страха перед принятием душа.

Содержание. Чтобы ребенок не боялся мыться под душем, психологи рекомендуют проводить следующую подготовительную процедуру: на лицо и открытые части тела ребенка капать теплой водой. Желательно это делать в игровой форме, например, так:

Ребенку объясняют, что все растения начинают быстро расти, если на них капает капли теплого дождя. Далее взрослый предлагает ребенку стать маленьким цветочком. «Цветочек» приседает на корточки, в это время на него начинает капать дождик, то есть взрослый аккуратно посылает с мокрой ладони на малыша капельки теплой воды: сначала на ноги и руки и только потом на шею и лицо. «Цветочек» медленно начинает расти и становится большим, после этого взрослый и ребенок меняются ролями.

Первоначально роль «цветочка» может сыграть и сам взрослый. Это делается в том случае, если ребенку надо показать пример, чтобы тот не испугался новой роли.

ИГРА «ВЕСЕЛАЯ ЗАРЯДКА»

Возраст. С 2,5 лет.

Цель. Снятие мышечного напряжения, развитие фантазии ребенка.

Содержание. Взрослый рассказывает стихотворение, сопровождая слова движениями, придуманными им. Дети повторяют движения и слова.

Зайка по лесу скакал,
Зайка корм себе искал.
Вдруг у зайки на макушке
Поднялись, как стрелки, ушки.
Шорох тихий раздается,
Кто-то по лесу крадется.
Заяц путает следы, убегает от беды.
Прыгнул вбок, и обернулся,
И под кустиком свернулся,
Словно беленький клубок, —
Чтоб никто найти не смог.
Осторожно, словно кошка,
От дивана до окошка
На носочках я пройду,
Лягу и в кольцо свернусь.
А теперь пора проснуться,
Распрямиться, потянуться.
Я легко с дивана спрыгну,
Спинку я дугою выгну.
А теперь крадусь, как кошка,
Спинку я прогну немножко.
Я из блюдца молочко

Полакаю язычком.
Лапкой грудку и животик
Я помою, словно котик.
И опять свернусь колечком,
Словно кот у теплой печки.

ИГРА «ДУДОЧКА»

Возраст. С 3 лет.

Цель. Расслабление мышц лица, особенно вокруг губ.

Содержание. «Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку, затем начните сначала. Продолжайте играть на ваших дудочках. Какой замечательный оркестр!»

ИГРА «ТАНЦУЕМ ВМЕСТЕ»

Возраст. С 3 лет.

Цель. Расслабление, мышечное раскрепощение детей, осознание ими своего тела и формирование свободы движений.

Содержание. В игре могут участвовать как пары ребёнок-ребёнок, так и пара взрослый—ребёнок. Игроки берутся за руки. Одному из них завязывают глаза. Участник, у которого глаза открыты, начинает под музыку совершать танцевальные движения, и увлекает за собой партнера. Участник с завязанными глазами пытается повторить эти движения.

Рекомендация. Как правило, играя с маленькими детьми, взрослый не завязывает им глаза, а просит закрыть их.

ИГРА «ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»

Возраст. С 3 лет.

Цель. Снятие напряжения, переход от чрезмерной активности к спокойному ритму.

Содержание. Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно (чтобы шарик не лопнул) через приоткрытые губы надувайте его, а теперь покажите свои шарик друг другу.

Рекомендация. Упражнение можно повторить три раза.

ИГРА «ХВОСТИКИ»

Возраст. С 3 лет.

Цель. Взаимодействие с членами семьи; улучшение пространственной ориентации; обучение приемам релаксации.

Содержание. Детям вместе с родителями можно поиграть в тигрят (лисичек, волчат). Для этого каждому надо привязать к поясу длинный шарф

или ленту. Ребенок сам выбирает понравившийся шарф или ленту и привязывает (сам или с помощью взрослых) его себе и маме, папе, старшей сестре и т. д.

Взрослый предлагает всем участникам игры, имитируя движения тигрят, и побегать по комнате, стараясь поймать друг друга и схватить за хвостик.

Варианты игры могут быть различными. Например, все одновременно могут бегать друг за другом; можно бегать за одним из членов семьи; сначала могут ловить тигрят только взрослые, а потом только ребенок, и наоборот.

В конце игры можно выполнить релаксационные упражнения:

- просто полежать на ковре, на спине, на животе, на боку;
- лежа глубоко подышать, выдыхая через рот так, как дышат уставшие тигрята, как дышим мы сами, как дышит мышка и т. д.;
- лежа на ковре, потянуться;
- встать на четвереньки, сесть на ноги, руки вытянуть вперед, не отрывая от ковра, и потянуться;
- опираясь на прямые руки, лечь, вытянув ноги, прогнуться;
- чередовать последние два упражнения.

В заключение можно попрощаться с «хвостиками», отвязать их, превратиться снова в людей.

Рекомендация. В эту игру можно играть и с группой детей и родителей. В таком случае дети сначала догоняют друг друга, потом взрослых (или наоборот) или все участники и догоняют одного из играющих. Если дети неохотно вступают в игру, пусть малыш сначала догоняет только свою маму, а она — только его.

При использовании игры в работе с детьми старше 4 лет шарфики можно заменить платочками и не приписывать их, а затыкать за пояс.

В этом случае после окончания игры побеждает тот, кто догнал больше всех тигрят и собрал самое большое количество платочков-хвостиков.

ИГРА «КОРАБЛЬ И ВЕТЕР»

Возраст. С 2,5 лет.

Цель. Настрой группы на рабочий лад, особенно если дети очень устали.

Содержание. «Представьте себе, что наш парусник плывёт по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик».

Рекомендация. Упражнение можно повторить три раза.

Игры с водой

Созерцание водоемов, наблюдение за жизнью обитателей аквариумов успокоит даже самого отчаянного бунтаря. Рекомендованы познавательные и активные игры с водой.

- После дождя побегать по лужам. Главное чтобы ребенок был здоров и надел непромокаемую обувь.
- Переливание жидкости из одной емкости в другую. Занятие позволит сосредоточиться и охладить пыл.
- Детская рыбалка, которую можно устроить в тазике или ванне.
- Устраивать волны в ванной во время купания.

Игры с сыпучими материалами

Игры с песком и крупами формируют усидчивость и помогают бороться с внутренним напряжением. Материалы можно давить, мять, бросать, наблюдая за результатом. Сыпучие атрибуты игры послушно принимают любую форму и выдерживают грубое человеческое воздействие. С их помощью дети выплескивают чувства и не переживают за результат. Распространенные игры с песком:

- Просеивание через сито или мельницу с ситом.
- Закапывание в песок фигурок.
- Работа по строительству замков.
- Выкладывание картинок из цветного песка.

Список литературы:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология [Текст] / Абрамова Г.С - М.: Академия, 2009. - 672 с.
2. Андреева Н.А. Социальное партнерство ДОУ и семьи [Текст] / Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. - 2005. - №6. - С. 63-64.
3. Берковиц Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль [Текст] - Санкт-Петербург. Прайм-Еврознак 2007. - 512 с.
4. Богомолкина Л.В. Взаимодействие специалистов ДОУ с родителями [Текст] / Богомолкина Л.В., Масленникова Т.В // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. - 2006. - №2. - С. 54-56.
5. Бойко Е.М. Психология и педагогика [Текст] / Бойко Е.М., Садовникова Е.А. - М.: Прогресс, 2005. - 108 с.
6. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности [Текст] - СПб.: Речь, 2009. - 97 стр.
7. Бэрн Р. Агрессия [Текст] / Бэрн Р., Ричардсон Д. - Санкт-Петербург.: Изд-во "Питер", 2004. - 336 с.
8. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми [Текст] - М.: Изд-во "Педагогика", 2003. - 358 с.
9. Васильева И.В. Ты и я дружная семья: программа семейного клуба [Текст] // Дет. сад со всех сторон. - 2007. - №8. - С. 2-3.
10. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. - М.: Академия, 2005. - 368 с.
11. Выготский Л.С. Психология - М.: ЭКСМО-пресс, 2003. - 1008 с.
12. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. - М.: Педагогическое общество России, 2004. - 512 с.
13. Демченко Е.Б. Группы ранней социализации [Текст] // Дет. сад со всех сторон. - 2006. - №9. - С. 5.
14. Ениколопов С.Н. Понятие агрессии в современной психологии [Текст] // Прикладная психология. - 2006. - № 1. - С. 60-71.
15. Ковалева И.В. Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста [Текст] - М.: Айрис-пресс, 2007. - 48 с.
16. Корытченкова Н.И. Влияние стилей семейных отношений на агрессивность личности ребенка [Текст] - Новосибирск, 2006. - 197 с.
17. Креч Д. Нравственность, агрессия, справедливость [Текст] / Креч, Д., Кратчфилд Р., Ливсон И. // Элементы психологии. - М.: Прогресс, 2003. - С. 29-40.
18. Кулюцина Т. Родители и воспитатели: взаимодействовать или работать? [Текст] / Кулюцина, Т. // Дошкольное воспитание. - 2007. - №8. - С. 103-107.
19. Лютова Е.К. Шпаргалка для взрослых [Текст] / Лютова Е.К. - М., 2010. - 136 с.

20. Ленденева И.Л. Детская агрессия и методы ее психолого-педагогической коррекции [Текст] / Ленденева И.Л.. - Иркутск, 2002. - 170 с.
21. Макухина Л.А. Методы игровой терапии в работе с семьями [Текст] / Макухина Л.А. // Воспитатель ДООУ. - 2007. - №4. - С. 100-101.
22. Павлова Н.Н. Педагогические условия коррекции агрессивного поведения детей: Дис. канд. пед. наук. [Текст] / Павлова Н.Н - Якутск, 2002. - 164 с.
23. Румянцева Т.Т. Понятие об агрессивности в современной и зарубежной психологии [Текст] / Румянцева Т.Т. // Вопросы психологии. - 2004. - №1. - С. 81-84.
24. Свирская Л. Работа с семьей: необязательные инструкции [Текст] / Свирская Л. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. - 175 с.
25. Семенова М.Л. Взаимодействие педагогов, детей и родителей в исследовательской деятельности [Текст] / Семенова М.Л. // Воспитатель ДООУ. - 2007. - №6. - С. 93-97.
26. Смирнова Е.О. Агрессивные дети [Текст] / Смирнова Е.О. // Дошкольное воспитание. - 2003. - №4. - С. 62-67.
27. Смирнова Е.О. Первые шаги: Программа воспитания и развития детей раннего возраста [Текст] / Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. - М.: Мозаика-Синтез, 2007. - 160 с.
28. Смирнова Е.О. Психологические особенности и варианты детской агрессивности [Текст] / Смирнова Е.О. // Вопросы психологии. - 2002. - №1. - С. 17-25.
29. Фокина О.Н. На чем строится союз детского сада и семьи [Текст] / Фокина О.Н.// Детский сад. Управление. - 2006. - №17. - С. 6-7.
30. Формы и методы профилактики детской и подростковой агрессии. Научно-методические рекомендации [Текст] / Под ред. Н.М. Платоновой. - СПб.: Питер, 2003. - 320 с.
31. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] / Фромм Э. - М.: Республика, 2004. - 447 с.
32. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция [Текст] / Фурманов И.А. - Минск, 2006. - 192 с.
33. Хлыстова Н.М. Социально-психологическая причинность агрессивности личности: Дис. канд. психол. наук [Текст] / Хлыстова Н.М - Новосибирск, 2003. - 171 с.
34. Холличер В. Человек и агрессия [Текст] / Холличер В. - М.: Прогресс, 2002. - 204 с.
35. Чижова С.Ю., Калинина О.В. Детская агрессивность [Текст] / Чижова С.Ю., Калинина О.В.. - Ярославль: Академия развития, 2007. - 311 с.
36. Эльконин Д.Б. Избранные психологические произведения [Текст] / Эльконин Д.Б - М. Академия, 2003. - 452 с.