

**\* Игры на  
преодоление  
детской агрессии**

## \* Агрессия

- психическое состояние, возникающее в ситуации реальной или предполагаемой невозможности удовлетворения тех или иных потребностей.

- попытка преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению удовольствия и эмоционального равновесия.

- \* Мимическое - выражение лица.
- \* Поведенческое - определенные действия.
- \* Вербальное - ругается, говорит обидные слова, говорит нецензурные слова, бранные слова.

**\* ПРОЯВЛЕНИЕ  
АГРЕССИИ.**

\* Цель использования игровой терапии – снять агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение.

# \* Добрые - злые КОШКИ

- \* Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого лежит обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения». Ребенок заходит внутрь обруча и по сигналу ведущего (хлопок в ладоши, звук колокольчика, звук свистка) превращается в злющую-презлющую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя. Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим, ребенок изображающий кошку, делает всё более «злые» движения. По повторному сигналу ведущего «превращения» заканчиваются, после чего в обруч входит другой ребенок и игра повторяется. Когда все дети побывали в «волшебном круге», обруч убирается.

# \* « Клубок эмоций »»

- \* Для этого дается ребенку клубок яркой пряжи, предварительно размотанный наполовину, объясняя при этом, что он не простой, а волшебный. Домотав его до конца, мы оставим в нем все плохое и негативное и он поможет успокоиться.

# \* «Игрушка в кулаке».

- \* Попросите ребенка закрыть глаза. Дайте маленькую красивую игрушку или конфету. Попросите сильно сжать кулак и подержать какое-то время. После этого пусть ребенок раскроет руку и увидит что в руке. Игра способствует снятию напряжения и подавления агрессии.



# \* «Корм для цыплят».

- \* Предложить мелко-мелко разорвать листок бумаги- «корм для цыплят».



# \* «Снег из бумаги»»

\*

Спросите детей: «А что такое зима? Как она выглядит? Что можно делать зимой?»

Предложите детям создать собственную зиму, а именно - устроить снегопад.

\* Возьмите газеты, старые журналы. Порвите все это вместе с детьми на мелкие кусочки. Когда кусочков станет много, предложите детям подбрасывать их над головой: «Пошел снег!!!», обсыпать друг друга, бросать горстки, играть в снежки.

# \* «Ласковые лапки»

- \* Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасается к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Можно поменяться с ребенком местами.

# \* «Выбиваем пыль».

- \* Каждому участнику даётся «пыльная подушка». Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её «почистить».

# \* «Кляксы, МОНОТИПИЯ».

- \* Для этой игры необходимы: краски, кисточка, белая бумага. Перед началом игры лист бумаги необходимо сложить пополам, и рисовать на одной стороне. Детям предлагают взять краску любого цвета, какая нравится и брызнуть на лист бумаги, поставить кляксы. Потом взять другой цвет и сделать тоже самое. Можно использовать оттенки одного цвета. После этого сложить обе половины листа и быстро раскрыть. Получивший рисунок рассматривают, и ребенок рассказывает на что похож его рисунок

# \* «Два барана»

\* Мы объяснили детям: Ребята, мы хотим вас научить ещё одному способу как можно выплеснуть свой гнев - это игра «Два барана», для этого вам нужно разбиться на пары, повернуться друг к другу и широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упереться ладонями и лбами друг в друга. Ваша задача - противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки «Бе-е-е». Встали, уперлись ладонями и лбами: «Рано-рано два барана повстречались на мосту...

# \* «Надуй шар»

- \* При надувании выдыхаются вместе с воздухом в шар злость, обида, гнев



# \* «Золотая рыбка»

- \* Все встают в круг, плотно прижавшись друг к другу плечами, бедрами, ногами, взявшись за руки. Это - сеть. Водящий - золотая рыбка стоит к кругу. Его задача - выбраться из круга, а задача остальных не выпустить рыбку. Если водящему долго не удастся выбраться из сети, взрослый может попросить детей помочь рыбке.



# \* «Это я, узнай меня»

- \* Один ребенок поворачивается спиной к остальным сидящим. Дети по очереди подходят к нему, гладят его по спинке и называют ласковым именем. Ведущий пробует угадать, кто его погладил и назвал.

# \* «Минута шалости»

- \* Ведущий по сигналу (удав в бубен, свисток, хлопок в ладоши) предлагает детям пошалить: каждый делает, что ему хочется – попрыгать, быстро хлопать, топтать.

Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты объявляет конец шалостям.

# \* «Спортсмены»

Спросите детей, каких спортсменов они знают, что делают спортсмены. Положите на пол обруч. Ребенок встает в обруч и изображает спортсмена, например, каратиста. Делает резкие движения ногами. Остальные подбадривают: «Быстрее, сильнее!» Активная поддержка зрителей и движения помогут выбросить отрицательную энергию.

\* Далее ребенок может изобразить боксера, прыгуна и т.д. Главное правило игры - не выходить за круг.

# \* «Мешочек гнева».

- \* Возьмите воздушный шарик и наполните его мукой, песком или мелкой крупой (где-то полстакана), крепко завяжите. Познакомьте ребенка с новой игрушкой, объяснив что «мешочек гнева» можно использовать тогда, когда на кого-то злишься, его можно кидать, мять, бить.

# \* «Берег моря».

- \* Всем детям предлагают лечь на ковер и закрыть глаза. После этого воспитатель начинает рассказывать тихим голосом:
- \* «Представьте, что вы лежите на берегу моря. Никого нет рядом, только птицы поют, волны бьются о берег и шумит ветер. Солнышко постепенно прогревает, ваши ручки, ножки, глазки - все тело расслаблено, вам хорошо. Не хочется двигаться, вдали слышен шум моря - шшшшш. Волны набегают одна другую, пенятся, если вытянуть носочки, то можно кончиками пальцев дотянуться до воды. Под ладошкой теплый песок, мягкий, он просачивается сквозь пальцы. Удобно поддерживает голову. Вам легко, спокойно, хорошо. Высоко на головой шумит ветер - шшшшш. Жарко. Вот тень от дерева упала на вас, и стало прохладно, солнышко больше не греет так сильно. Вы потихоньку потягиваетесь, ручки, ножки напрягаются. Открываем глазки, лежим, не двигаемся. Отдохнули? Теперь можно вставать»

Спасибо  
за  
внимание!