



**«Игры и упражнения для профилактики
и снижения агрессивности»**

СТИХИ В ПОМОЩЬ АГРЕССИВНЫМ ДЕТЯМ

ОБИЖАЛКИ

Мы с моей соседкой
Галкой
Сочиняли обижалки:
Вот придёт обидный срок,
А у нас готово — впрок.
Я скажу ей — ты ворона,
А она мне — ты глухарь,
Я скажу ей — макарона,

А она мне — ты сухарь.
Я ей — мышь!
Она мне — крыс!
Стой-ка, что мы завелись?
Для чего нам обижалки,
Мы стоим соображаем:
Мы совсем друг друга с
Галкой
Никогда не обижаем!

И. Токмакова

Игра «Обзывалки»

Цель: учить выплёскивать гнев в приемлемой форме.

Поиграем в игру, которая подскажет, как можно сердиться культурно. Передавая мяч друг другу в парах, вы называете друг друга разными не обидными словами (выбираете карточку: «овощи», «фрукты», «мебель», «цветы», «посуда», «игрушки»), но говорите эти слова сердито – ругаетесь. Начните так: «А ты-ы... морковка!».

А сейчас те же слова, но ласково: «Ах, ты, морковочка!»



«Рвакля»

Цель : снятие напряжения, отреагирование агрессивных переживаний. Ребенок может рвать старую газету, мять, топтать, делать с ней все, что захочет, а потом бросать ее в корзину. Малышу может понравиться прыгать на куче бумаги – они отлично пружинят.



Игра «Морской бой»

Можно играть в ванной (лужа или бассейн на даче тоже подойдут). Вместе сделайте бумажные кораблики, поделите их поровну и пометьте так, чтобы было понятно, где «свой», где «чужой». В качестве оружия можно использовать маленькие пластмассовые пульки. Задача- как можно больше потопить кораблей противника.



«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.



« Клубочек »

Цель : обучение ребенка одному из приемов саморегуляции. Расшалившемуся ребенку предлагается смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинают сматывать его, так сразу же и успокаиваются



«Маленькое привидение»

Цель : обучение детей навыку в приемлемой форме выплескивать накопившийся у них гнев. Ведущий: «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть в маленьких добрых приведений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (взрослый приподнимает согнутые в локтях руки с растопыренными пальцами) и страшным голосом завывать «У-у-у». если я буду хлопать тихо, вы будите гудеть тихо, если я буду хлопать громко, вы будите пугать друг друга громким голосом. Но помните, что мы добрые приведения и хотим только слегка пошутить».

Он просто привык давать сдачи.

Конечно, из-за своей подозрительности

