

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 выходит 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 допрагиваться 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 с другом.



Упрямая подушка

Цель: снятие агрессии.

Взрослые подготавливают волшебную, упрямую подушку с темной наволочкой и вводят ребёнка в игру-сказку: волшебница-фея (или другой любимый сказочный персонаж) подарила нам подушку. Это подушка не простая, а волшебная внутри неё живут детские упрямки. Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте прогоним упрямки. Ребёнок бьёт кулаками подушку, а взрослый приговаривает: сильнее, сильнее (снимается стереопит и эмоциональный зажим) когда движение ребёнка становится медленнее игра постепенно останавливается (2-3 мин.)

Взрослый предлагает послушать упрямки в подушке: все ли упрямки вылезли? Ребёнок прикладывает ухо к подушке, одни слышат, другие дети не слышат. Взрослый говорит, что упрямки испугались и молчат (этот приём успокаивает ребёнка после возбуждения).



ЛГ МАДОУ
"Детский сад №1 "Росинка"

*Игры для детей
старшего дошкольного
возраста для снятия
агрессии*



Подготовил: педагог-психолог
А.М. Вахрушева

Игры в детском саду, 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.

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.

Жужжа

Цель: снятие общей коллективной агрессии.

Ведущий выбирает «Жужжжу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить Жужжжу, кривляясь перед ней. Жужжжа, жужжжа, выходи,



Жужжжа, Жужжжа, догони!

«Жужжжа» 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 «жужжжа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен к «Жужже»).

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 необходимыми 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!»

Бумажные мячики

Цель: снятие коллективной агрессии.

Дети делятся на две команды и становятся напротив друг друга. Расстояние между командами должно быть приблизительно 4 метра. Каждый ребенок берет листок и скомкивает его таким образом, чтобы получился мячик. По команде воспитателя дети начинают перекидывать мячики на сторону противника. Цель – как можно быстрее забросить мячи на территорию противника. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячиков.



Рубка дров

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.



Проведение: Скажите следующее: Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги?

Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!» Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

Тучки

Цель: снятие агрессивности.

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.

