

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад №72
городского поселения Петров Вал Камышинского муниципального района Волгоградской области

Рассмотрено/согласовано
Педагогический Совет
МКДОУ дс №72
Протокол № 1
от «27» августа 2021 г.
Председатель Ситникова Н.П.

Введено в действие приказом МКДОУ дс №72
№ 104 от 27 августа 2021 г.
Руководитель МКДОУ дс №72
Ситникова Н.П.



Рабочая программа

Программа коррекционно-развивающих занятий по снижению агрессии у детей

(наименование учебного предмета/курса, направления)

1 год

(срок реализации программы)

Составлена на основе автор-составитель педагог-психолог МКДОУ дс №72 Е.В. Эклер

(наименование примерной и/или авторской рабочей программы)

Разработчик(и)/составитель (и) программы Эклер Елена Владимировна

(Ф.И.О. педагога, составившего рабочую программу)

2021 год

Программа коррекционно-развивающих занятий по снижению агрессии у детей

(автор-составитель педагог-психолог МКДОУ дс №72 Е.В. Эклер)

Пояснительная записка

Актуальность программы

Все чаще и чаще можно услышать сегодня фразы: «Какой агрессивный ребенок! Откуда в нем столько агрессии?» Для начала важно понимать, что агрессивность является нарушением поведения ребенка, а не симптомом психического заболевания. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

Агрессивный ребенок часто теряет контроль над собой, спорит, ругается с взрослыми, отказывается выполнять правила, специально раздражает людей, обвиняет других в своих ошибках, завистлив, мстителен, чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Необходимо помнить, что некоторые трудности в поведении ребенка носят возрастной характер и связаны с переживанием одного из кризиса развития. Агрессивные действия у ребенка можно наблюдать уже с самого раннего возраста. В первые годы жизни агрессия проявляется исключительно в импульсивных признаках упрямства, часто не поддающихся управлению взрослых. В более позднем дошкольном возрасте на первый план активнее выдвигаются ссоры и конфликты с ровесниками, связанные с обладанием вещами, чаще всего игрушками. В этот же период развития более чем в пять раз возрастает число случаев использования детьми физического насилия. Вспышки насилия становятся более целенаправленными, и в поведении ребенка прослеживается реакция поведения. Проявления агрессивности в дошкольном возрасте зависят от реакции и отношения родителей к формам поведения. Если в процессе развития ребенок не научится контролировать свои агрессивные импульсы, то в дальнейшем это грозит преимущественной ориентацией на сверстников. На социализацию агрессии большое влияние оказывают: ближайшее окружение ребенка, его семья, стиль воспитания. Именно поэтому в дошкольном возрасте необходима коррекционно-развивающая работа по снижению детской агрессии, а также консультативная деятельность с воспитывающими их взрослыми, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей.

Цели и задачи программы

Цель: устранение, преодоление агрессии у детей (профилактика, коррекция, психотерапия).

Задачи:

1. Снятие поведенческих нарушений у детей дошкольного возраста, связанных с агрессивностью.
2. Обучение ребенка выражению своего гнева приемлемым способом, безопасным для себя и окружающих, конструктивным поведенческим реакциям, техникам и способам управления собственным гневом.
3. Снижение уровня личностной тревожности, развитие позитивной самооценки.
4. Формирование осознания собственных эмоций, чувств других людей, развитие умения владеть своими эмоциями.

Направления коррекционной работы с агрессивными детьми

- Консультационная работа с родителями, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей.

- Обучение ребенка конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, техникам и способам управления собственным гневом.
- Снижение уровня личностной тревожности.
- Формирование осознания собственных эмоций, чувств других людей. Развитие позитивной самооценки.
- Обучение ребенка выражению своего гнева приемлемым способом, безопасным для себя и окружающих, а также реакции на негативные ситуации в целом.

Описание используемых методик, технологий, инструментария

- ✓ Анкетирование родителей, педагогов, наблюдение за ребенком.
- ✓ Диагностика особенностей агрессивного поведения у детей дошкольного возраста.
- ✓ Лекция-консультация наиболее эффективна при изложении практического материала педагогам ДОО. Это позволяет отследить эффективность лекции, обнаружить проблемы воспитателей.
- ✓ В образовательном процессе широко используются разнообразные виды игр и упражнений по снижению агрессивности и закреплению способности самостоятельно находить нужные способы поведения.
- ✓ В образовательном процессе применяются здоровьесберегающие технологии, в том числе: комплекс игр по снятию статического напряжения, физминутки, динамические паузы, пальчиковая гимнастика, релаксация (в зависимости от состояния ребенка используется спокойная классическая музыка, звуки природы, использование сухого бассейна), элементы сказкотерапии, песочная терапии, психогимнастики (включает в себя ритмику, пантомиму, игры на снятие напряжения, развитие эмоционально-личностной сферы). Большое значение имеют коммуникативные игры, в которых дети учатся общению друг с другом, доброжелательности, эмпатии. В тренировке различных эмоциональных состояний используются мимические игры, игровые стихи. Элементы музыкотерапии выступают как фактор успокаивающего воздействия на психику ребенка.
- ✓ Знакомя детей дошкольного возраста с различными эмоциональными состояниями, нельзя обойтись без использования в занятиях этюдов на выражение различных эмоций, которые способствуют осознанию способов их адекватного проявления. Ребёнок учится выражать свои эмоции, обучать в приемлемой форме выплескивать накопившийся гнев, агрессию. Развив в себе такую способность, он одновременно осваивает и адекватные способы проявления эмоций.
- ✓ В процессе реализации программы используются игры и упражнения, которые создают положительный психоэмоциональный фон в группе, развивают общительность, помогают сплочению коллектива, действуют на выход психоэмоционального напряжения.
- ✓ Чтобы научиться справляться со своим гневом, обидой в коррекционно-развивающей работе могут использоваться различные виды арт-терапевтических упражнений: нарисовать или слепить своего обидчика и «расправиться» с ним.
- ✓ Одно из важнейших направлений работы с агрессивными детьми — это снятие телесных напряжений, осознание ими своих проблем в виде телесных аналогов, развитие невербальных компонентов общения. На занятиях широко используется релаксация, мышечное расслабление, техники визуализации, в которых мышечное расслабление сопровождается погружением в предлагаемую воображаемую ситуацию.

В работе с взрослыми (родителями и педагогами) используются следующие методы и приёмы: мини-лекции, лекции-консультации, различные игровые упражнения, анкетирование, проблемные ситуации, дискуссии, работы в группах, а также выше перечисленные техники в усложнённом варианте. Всем известно, что у детей развита интуитивная способность улавливать эмоциональное состояние взрослых, именно поэтому важно обучить каждого педагога методам собственной психологической разрядки. Это может быть общение с коллегами, психогимнастика, аутотренинг,

музыкотерапия и т. п.

Структура и содержание программы: Программа предполагает работу по трем направлениям: работа с детьми, педагогами, родителями. Реализация программы складывается через три этапа.

Содержание занятий: Программа включает 12 занятий, которые могут дублироваться. На первом этапе предоставляется возможность создания у детей эмоционального настроения и атмосферы безопасности в группе, используется постоянный ритуал вхождения в занятие и прощания. На занятиях проводятся специальные игры по снижению агрессивности, закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Соблюдение правил в подвижных играх является необходимым условием игровой коррекции. В результате проведенных занятий правила игр усваиваются и закрепляются. Также дети учатся чувствовать свое тело и учатся управлять им, используя игры на мышечное расслабление.

Этапы занятий:

1. На первом этапе предоставляется возможность создания у детей эмоционального настроения и атмосферы безопасности в группе.
2. Специальные игры по снижению агрессивности.
3. Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения.
4. Мышечное расслабление.
5. Итог занятия. Ритуал прощания.

Участники программы: Подгруппы детей (до 3-5 человек), куда включаются дети с различной степенью выраженности агрессии; родители с детьми.

Прогнозируемые результаты программы:

- преодоление агрессии у ребенка, снятие поведенческих нарушений, связанных с агрессивностью;
- обучение ребенка выражению своего гнева приемлемыми способами, безопасными для себя и окружающих, конструктивным поведенческим реакциям, техникам и способам управления собственным гневом;
- снижение уровня личностной тревожности, повышение самооценки.

Участники программы: Подгруппы детей (до 3-5 человек), куда включаются дети с различной степенью выраженности агрессии; родители с детьми.

Тематический план занятий

№ п/п	Оборудование	Цели, задачи занятия	Содержание
1	Детский дартс	<ul style="list-style-type: none"> - Создание атмосферы на контакт; - поддержание группового единства; - реализация потребности детей в агрессии, снимающей у них мышечные зажимы; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ul style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Путаница». 2.Игры по снижению агрессивности: «Еж», «Злочки-колючки». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Хищник». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Воздушный шарик». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
2	Детский дартс	<ul style="list-style-type: none"> - Снятие эмоционального напряжения; создание атмосферы на контакт; - реализация вербальной потребности детей, объединение их и организация общего коллективного пения; - реализация потребности детей в агрессии, снимающей у них мышечные зажимы; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ul style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Жучок». 2.Игры по снижению агрессивности: «Хор». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Улей», «Злочки-колючки». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Котенок спит». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
3	Мяч	<ul style="list-style-type: none"> - Установить доброжелательную обстановку общения, способствовать налаживанию дружественных отношений между детьми; создание атмосферы на контакт; - создание положительного настроения, снижение агрессии; - знакомство с игровыми приемами, способствующими снижению агрессии; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ul style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Передай по кругу». 2.Игры по снижению агрессивности: «Солнце». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Обзывалки». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Жираф». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
4		<ul style="list-style-type: none"> - Установить доброжелательную обстановку общения, способствовать налаживанию дружественных отношений между детьми; создание атмосферы на контакт; - создание положительного 	<ul style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Испорченный телефон». 2.Игры по снижению агрессивности: «Попугайчики». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные

		<p>настроения, способствовать эмоциональной разрядке, снижению агрессии.</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать осознанию эффективных форм поведения; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<p>способы поведения.</p> <p>Игра «Кулачок».</p> <p>4.Мышечное расслабление.</p> <p>Упражнение «Волшебный сон».</p> <p>5.Рефлексия. Ритуал прощания.</p>
5	Мягкая игрушка попугай	<ul style="list-style-type: none"> - Создание эмоционального настроения, создание атмосферы на контакт; - научить детей приемлемой форме выплескивания своей агрессии; - снижение агрессии; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Снежинки». 2.Игры по снижению агрессивности: «Маленькое привидение». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Мой хороший попугай». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Волшебный сон». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
6	Детский дартс, стеклянные шарики по количеству детей.	<ul style="list-style-type: none"> - Создание эмоционального настроения; создание атмосферы на контакт; - снятие эмоционального напряжения; - реализует потребность детей в агрессии, снимающей у них мышечные зажимы; - научить детей приемлемой форме выплескивания своей агрессии; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Кто тебя позвал, узнай». 2.Игры по снижению агрессивности: «Волшебные шарики». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игры «Еж», «Злючки-колочки». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Котенок спит». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
7	Бубен	<ul style="list-style-type: none"> - Поддержание группового единства; создание атмосферы на контакт; - снятие физической агрессии; - провести психологическую разгрузку; - преодолеть упрямство, негативизм, научить детей приемлемой форме выплескивания своей агрессии; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Путаница». 2.Игры по снижению агрессивности: «Воробьиные драки», «Минута шалости». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игры «Упрямый (капризный) ребенок». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Жираф». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.

8	«Упрямая подушка» (подушка в черной наволочке).	<ul style="list-style-type: none"> - Создание атмосферы на контакт, развитие воображения, чувствительности; - снять общую коллективную агрессию; - снять общую агрессию, негативизм, упрямство; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Упражнение «Рисование на спине». 2.Игры по снижению агрессивности: «Жужа». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Упрямая подушка». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Воздушный шарик». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
9		<ul style="list-style-type: none"> - Установить доброжелательную обстановку общения, способствовать налаживанию дружественных отношений между детьми; создание атмосферы на контакт; - снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, учить детей приемлемой форме выплескивания своей агрессии; - снять негативное настроение и восстановить силы; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Передай по кругу». 2.Игры по снижению агрессивности: «Два барана». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Тух-тиби-дух». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Волшебный сон». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
10		<ul style="list-style-type: none"> - Создание атмосферы на контакт, способствовать сплочению детского коллектива, научить понимать чувства других людей, оказывать поддержку, сопереживать; - снять общую агрессию; - обучать, в приемлемой форме выплескивать накопившийся гнев; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Доброе животное». 2.Игры по снижению агрессивности: «Добрые-злые кошки». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Маленькое привидение». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Спаси птенца». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
11		<ul style="list-style-type: none"> - Создание атмосферы на контакт, эмоционального настроения; - снять физическую агрессию; - обучать, в приемлемой форме выплескивать накопившийся гнев; 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Кто тебя позвал, узнай». 2.Игры по снижению агрессивности: Игра «Каратист». 3.Закрепление способности

		- снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов.	самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Драка». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Котенок спит». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.
12		- Создание атмосферы на контакт, способствовать сплочению детского коллектива, научить понимать чувства других людей, оказывать поддержку, сопереживать; - снять физическую агрессию; - обучать, в приемлемой форме выплескивать накопившийся гнев; - снятие телесных напряжений, осознание детьми своих проблем в виде телесных аналогов.	1.Создание атмосферы на контакт. Приветствие. Игра «Маленькое имя». 2.Игры по снижению агрессивности: Игра «Боксер». 3.Закрепление способности самостоятельно находить нужные способы поведения. Игра «Драка». 4.Мышечное расслабление. Упражнение «Воздушный шарик». 5.Рефлексия. Ритуал прощания.

Литература:

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. - Спб.: Речь, 2007. - 224 с.
2. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры: практическое пособие для психологов, педагогов и родителей/М.А. Панфилова. – М.: Издательство ГНОМ, 2011. - 160 с.
3. Коррекционно-развивающие занятия: комплекс мероприятий по развитию воображения. Занятия по снижению детской агрессии/сост. С.В. Лесина, Г.П. Попова, Т.Л. Снисаренко. - Волгоград: Учитель, 2011. - 162 с.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. - 6-е изд. - М.: Генезис, 2011. - 208 с.
5. Практические семинары и тренинги для педагогов. - Вып. 1. Воспитатель и ребенок: эффективное взаимодействие/авт.-сост. Е.В. Шитова. - Волгоград: Учитель, 2009. - 171с.
6. Работа с родителями: практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2-7 лет/авт.-сост. Е.В. Шитова. - Волгоград: Учитель, 2011. - 169 с.