

ПРОГРАММА

по коррекции нарушений в эмоционально-волевой сфере
(агрессивность) у детей дошкольного возраста

I. Пояснительная записка

В современном обществе проблема агрессивного поведения обостряется всё больше и больше. Практически каждый день все мы становимся, так или иначе, жертвами агрессивных проявлений или наблюдателями конфликтного общения. Часто в роли так называемых «благополучных», «нормальных» агрессоров, которые с раздражением смотрят на окружающих и мимоходом отпускают саркастические замечания, каждый также бывает нередко.

Данная программа направлена на оказание психологической помощи детям среднего и старшего дошкольного возраста, имеющим нарушения в эмоционально-волевой сфере, а именно – повышенный уровень агрессивности. Поведение этих детей характеризуется драчливостью, настороженностью, подозрительностью. Они отбирают и ломают игрушки, обзывают других детей.

Цель программы:

преодоление агрессивного поведения у средних и старших дошкольников.

Задачи:

Снятие аффекта "неадекватности", формирование адекватной самооценки детей.

Развитие навыков общения, игровых умений и навыков, регуляция социальных отношений детей.

Снятие чрезмерного напряжения детей.

Развитие и обогащение навыков адекватного, конструктивного поведения.

Обучение ауторелаксации.

Периодичность: 1 раз в неделю в течение 6 месяцев. Длительность занятия – 30 минут.

Планируемый результат:

- повышение уверенности в себе;
- снижение агрессивности;
- адекватное, конструктивное поведение.

Методы и техники:

- игры на взаимодействие, свободные и тематические игры-драматизации;
- ролевое проигрывание моделей желательного поведения в различных жизненных ситуациях;
- психогимнастика (имитационные игры);
- свободное и тематическое рисование;
- метафорические этюды-релаксации;
- беседа, обсуждение рассказов, игр и т.п.;
- танцы, ритмико-телесные упражнения, валяние (телесные релаксации),
- упражнения на развитие мелкой моторики руки с одновременным развитием артикуляционной моторики, физкультминутки, подвижные игры.

Структура занятия:

- ритуал приветствия – 2 минуты.

- разминка – 5 минут.
- коррекционно-развивающий этап - 15 минут
- релаксация – 5 минут
- плавное завершения занятия – 3 минуты

11. Тематический план занятий

№ месяц	Цель, задачи	Задания
1 ноябрь	Определение причин агрессивного поведения ребенка	Наблюдение Методика: «Изучение эмоционально - обусловленного поведения дошкольников» Беседа с воспитателем «Здоровалки» «Курица, цыплята и ястреб»
2	Снятие психофизиологического напряжения.	«Общий круг» Рефлексия. «На море» «Фея (волшебник) сна»
3	Закрепить способность дифференцировать понятия «добро» и «зло», осознание моральной стороны поступков, научить детей способам выражения сопереживания и сострадания.	«Здоровалки» «Веретено» «А я ...» «Мама устала» «Рисуем эмоции пальцами» «Здоровалки» «Лохматый пес»
4	Обучить детей эффективным способам общения.	«А я...» "Попроси игрушку" -- вербальный вариант «Что это...?» «Фея (волшебник) сна» «Здоровалки» «Своя тень»
5 декабрь	Снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.	«А я...» "Два барана" «Где мы были не скажем, а что делали покажем» "Попроси игрушку" -- невербальный вариант «Каждый спит»

6	Вербализация испытываемых чувств, закрепление положительной черты характера (миролюбия).	«Здоровалки» «Будь внимателен!» «А я...» «Передай настроение» «Головомяч» «Что такое быть злоюкой?»
7	Вербализация чувств, их осознание и закрепление.	«Здоровалки» «Спящий кот» «А я...» «Аэробус» «Чувствуем вслух» «Спать хочется» «Фея (волшебник) сна»
8	Отреагирование агрессии	«Здоровалки» "Выбиваем пыль" «Ругаемся овощами» «Жужа» «Спать хочется» «Фея (волшебник) сна»
9 январь	Снятие негативных настроений и восстановление сил	«Здоровалки» «Пара ласковых» «Фигура» «Корзинка» «Золотая рыбка» «Каждый спит»
10	Развитие эмпатии, снятие агрессивности, развитие навыков невербального общения.	«Здоровалки» «Рубка дров» «Щепки плывут по реке» «Маленькое привидение» «Шарик» «Фея (волшебник) сна»
11	Обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня личностной тревожности.	Здоровалки» «Тух-тиби-дух» «Это я, узнай меня» «Апельсин (или Лимон)» «Шарик» «Отдых на море»
12 февраль	Снятие эмоционального напряжения и выражение агрессии	Здоровалки» «Драка»

		«Дудочка» «Водопад» Здоровалки» «Это я, узнай меня»
13	Развитие эмпатии, снятие агрессивности.	«Рубка дров» «Щепки плывут по реке» «Отдых на море» Здоровалки»
14	Снятие эмоционального напряжения и выражение агрессии	«Пара ласковых» «Два барана» «Жужа» «Достань звезду» Здоровалки»
15	Обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня личностной тревожности.	«Апельсин (или Лимон)» «Шарик» «Маленькое привидение» «Рубка дров» «Водопад» «Здоровалки» Рисование собственного гнева
16 март	Отреагирование агрессии	«Мешочек для криков» «Камешек в ботинке» «Фея (волшебник) сна» «Здоровалки» «Спящий кот» «Рубка дров»
17	Снятие негативных эмоций	"Тух - тебе - дух!" (групповая) "Хвасталки" "Растянись!" " (групповая) «Здоровалки» "Агрессивное поведение"(индивид., групповая)
18	Сочувствие, сопереживание и осознание своих чувств	(изобразить на бумаге то, что их больше всего раздражает) "Зеркало" (групповая)

		"Эхо" (групповая) "Спасибо моему телу" «Водопад» «Здоровалки» «Камешек в ботинке» «Шарик» «Два барана» «Отдых на море» «Здоровалки» «А я...» «Аэробус» «Апельсин (или Лимон)» «Передай настроение» «Фея (волшебник) сна» «Здоровалки» Своя тень» «А я...» "Два барана"
19	Отреагирование агрессии	
20 апрель	Снятие негативных настроений и восстановление сил	
21	Снять невербальную агрессию	«Где мы были не скажем, а что делали покажем» "Попроси игрушку" -- невербальный вариант «Каждый спит» «Здоровалки» «Пара ласковых» «Фигура» «Корзинка» «Золотая рыбка» «Каждый спит» «Здоровалки» «Два барана» «Стаканчик для крика» Рисование на тему: "Когда я сержусь" Ролевая игра «Тигренок и котенок» «Отдых на море» «Здоровалки» «Спящий кот» «Рубка дров» «Камешек в ботинке»
22	Снятие негативных настроений и восстановление сил	
23	Отреагирование агрессии	
24	Снятие негативных эмоций	

111. Литература

1. Семенака С.И. Учимся сочувствовать, сопереживать. Коррекционно-развивающее занятие для детей 5-8 лет. - М., 2004
2. Смирнова Е., Холмогорова В. Игры, направленные на формирование доброжелательного отношения со сверстниками. // Дошкольное воспитание. №8. 2003. С. 73-76.
3. Фурманов И.А. Детская агрессивность. Психодиагностика и коррекция - Минск, 1996
4. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под. Ред. М.И. Буянова. - М., 1995.