

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №7»**

**Программа по профилактике и  
преодолению  
агрессивного поведения старших  
дошкольников в МБДОУ  
«Детский сад №7»**

г. Троицк, 2022 год

**Цель программы:** снизить проявление агрессивности в поведении детей на основе выстраивания конструктивного отношения к миру в противовес деструктивному.

**Задачи:**

- снять эмоциональное напряжение, возбуждение и аффективные реакции детей;
- формировать эмоциональное осознание своего поведения;
- обучить детей навыкам самоорганизации и саморегуляции действий поступков эмоциональных состояний;
- формировать социально приемлемые, адекватные способы выражения гнева и агрессивности;
- развивать умение распознавать эмоциональное состояние другого человека;
- развивать коммуникативные способности, обогатить опыт общения навыками конструктивного, адекватного поведения;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

**Возраст детей**

Данная программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет. Она состоит из 24 занятий, разбитых на шесть блоков и 7 самостоятельный блок – игровой комплекс для агрессивных детей. Рекомендуемая продолжительность занятий – 30 минут один раз в неделю в течении 6 месяцев.

Реализация программы представлена **тремя направлениями** (см.табл.):

- 1.Работа ДОУ с детьми старшего дошкольного возраста.
- 2.Работа педагогов с семьёй.
- 3.Самообразование педагогов ДОУ.

**Основные направления реализации программы по профилактике и преодолению агрессивного поведения дошкольников**

<b>Основные направления</b>	<b>Задачи</b>	<b>Ведущие формы, методы, средства</b>
<b>1.Работа в ДОУ с детьми старшего дошкольного возраста</b>	Профилактика нежелательных негативных агрессивных тенденций в поведении детей. Формирование умения регулировать свои поведенческие реакции; обучение социально приемлемым, адекватным способом выражения агрессии; обучение ауторелаксации; обучение навыкам управления эмоциональной сферой.	<b>Формы:</b> -сюжетно-ролевые игры; -игровые упражнения; -этюды; -инсценировки; --аутогенная тренировка; -психогимнастика; -танцевальные упражнения; -индивидуальные занятия. <b>Методы:</b> -диагностика; -наблюдение; -убеждение; -положительный пример; -чтение специальных рассказов; -беседы; -игровые методы; -рисование; -аромотерапия;

		<p><b>Средства:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-художественная литература;</li> <li>-музыкальные произведения;</li> <li>-игровое оборудование;</li> <li>-аромолампа, аромомасла.</li> </ul>
<b>Основные направления</b>	<b>Задачи</b>	<b>Ведущие формы, методы, средства</b>
<b>2.Работа педагогов с семьёй</b>	<p>Создание мотивации совместной работы с ДОУ по профилактике и преодолению агрессивного поведения детей.</p> <p>Ознакомление с явлением «детская агрессия», её особенностями, причинами проявления.</p> <p>Создание представлений об основных приёмах саморасслабления и саморегуляции поведения.</p> <p>Создание представлений об основных методах работы с детской агрессивностью.</p> <p>Ознакомление с системой педагогической работы.</p> <p>Оказание помощи родителям в общении с детьми с агрессивным поведением.</p>	<p><b>Формы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-беседы</li> <li>-консультации;</li> <li>-родительские собрания;</li> <li>-тренинги;</li> <li>-письменные рекомендации;</li> <li>-индивидуальная работа.</li> </ul> <p><b>Методы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-анкетирование;</li> <li>-беседа;</li> <li>-рассказ;</li> <li>-анализ педагогических ситуаций;</li> <li>-обсуждение результатов диагностики.</li> </ul> <p><b>Средства:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-таблицы;</li> <li>-схемы;</li> <li>-видеозаписи;</li> <li>-аудиозаписи и др.</li> </ul>
<b>3.Самообразование педагогов</b>	<p>Создание мотивации изучения дополнительной литературы по данной проблеме.</p> <p>Освоение основ саморегуляции поведения.</p> <p>Усвоение базовых положений при работе с детьми с агрессивным поведением.</p> <p>Ознакомление с системой педагогической работы.</p> <p>Создание мотивации практического применения предложенной системы.</p>	<p><b>Формы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-индивидуальное изучение теоретической и методической литературы;</li> <li>-беседы;</li> <li>-консультации со специалистами.</li> </ul> <p><b>Методы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-самоанализ;</li> <li>-анкетирование;</li> <li>-саморегуляция;</li> <li>-дискуссии;</li> <li>-обмен опытом с другими педагогами;</li> <li>-нетрадиционные методы (аромотерапия).</li> </ul> <p><b>Средства:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-литературные источники;</li> <li>-видеозаписи;</li> <li>-интернет и другие информационные источники.</li> </ul>

Подробнее рассмотрим структуру каждого направления.

Содержание первого направления в системе работы по профилактике и преодолению агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста в ДОУ представлено несколькими условными блоками, содержание которых может варьироваться и дополняться новыми упражнениями, заданиями в зависимости от поставленных целей и задач, а также от особенностей детского организма.

**Блок 1.** Снятие состояния эмоционального дискомфорта.

Развитие социальных эмоций детей.

*Задачи:*

снизить эмоциональное напряжение;  
создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого;  
развивать способности, понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить своё;  
обучить приёмами ауторелаксации и саморегуляции способам выражения эмоций.

**Блок 2.** Формирование социального доверия. Преодоление детской тревожности.

*Задачи:*

Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов:  
- уменьшить тревожность;  
- снизить эмоциональное напряжение;  
- продолжить обучать приёмами ауторелаксации, саморегуляции, способам выражения эмоций.

**Блок 3.** Гармонизация противоречивости детской личности.

*Задачи:*

Учить распознавать эмоции по внешним сигналам:  
- выражать эмоции с помощью пантомимики;  
- формировать моральные представления о нормах поведения;  
- тренировать психомоторные функции.

**Блок 4.** Повышение уровня самостоятельности в решении возникающих проблем. Коррекция зависимости от окружающих.

*Задачи:*

Прививать новые, адекватные формы поведения:  
- учить самостоятельно принимать верные решения;  
- продолжать учить навыкам саморегуляции, саморасслабления;  
- формировать адекватные формы поведения.

**Блок 5.** Снижение враждебности, агрессивности в поведении, во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения.

*Задачи:*

Учить осознавать своё поведение:  
- развивать дружеские взаимоотношения через игру;  
- обучать выразительности движений.

**Блок 6.** Формирование социально приемлемых способов выражения гнева и агрессивности.

*Задачи:*

Снизить возбуждение и аффективные реакции:  
- обогатить навыками конструктивного поведения;  
- обучать адекватным способам выражения агрессивности.

**Блок 7.** Игровой комплекс для агрессивных детей « Марсиане » ( автор М.А. Панфилова ).

*Задачи:*

Отражение негативных эмоций:

- активизация потребностей, снятие мышечных зажимов;
- свободная реализация вербальной активности;
- эмоциональная разрядка;
- разрядка общей агрессии.

На каждый блок задач отводится 4 занятия, кроме седьмого блока – это специально разработанный комплекс занятий для снятия агрессивного поведения (М.А. Панфилова). Первое занятие каждого последующего блока – повторение пройденного – служит главным переходом к новой теме, связанном с актуальными для них проблемами.

**1. Ритуал приветствия.** Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.

**2. Разминка** (психогимнастика, музыкотерапия, танцевальная терапия, телесная терапия, пальчиковые игры). Выполняет важную функцию настройки на предстоящую деятельность, позволяет активизировать детей, поднять их настроение, способствует снятию эмоционального возбуждения.

**3. Основное содержание** (игротерапия, сказкотерапия, проигрывание ситуации, этюды). Приоритет отдаётся многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Последовательность предъявления упражнений предполагает чередование деятельности; упражнения располагаются в порядке от сложного к простому.

**4. Расслабление.** Позволяет снять напряжение детского организма. Рекомендуется проводить в сочетании с ароматерапией.

**5. Рефлексия** ( оценка ,арт-терапия ,беседы). Даются две оценки: эмоциональная (понравилось, не понравилось, было хорошо, плохо, почему) и смысловая ( почему это важно, зачем мы это делали).

Проводить занятия рекомендуется один раз в неделю, то есть в течение месяца проводятся 4 занятия и для изучения берётся один блок. Педагог в процессе работы с детьми может в свободное время применять отдельные части занятий (так же 1 занятие в неделю).

## **Блок 1**

*Занятие 1. «Знакомство»*

Игры : « Моё имя», « Угадай», кого не стало», « Узнай по голосу».

Рисование « Я и моё имя».

Упражнение «Ласковое имя».

Расслабление « Путешествие на Голубую звезду».

*Занятие 2. « Моё имя»*

Игры: « Связующая нить», « Прогулка», « Волшебный кувшин», «Возьми и передай».

Рисование « я в трёх зеркалах».

Расслабление : см. занятие 1.

*Занятие 3. «Я люблю»*

Игры : « Переходы», « Разыщи радость» , « За стеклом».

Рисование « Я люблю больше всего».

Танцевальный этюд « Подари движение»

Расслабление «Путешествие дыхания».

*Занятие 4. «Настроение»*

Этюд «Солнечный зайчик».

Игра « Картина».

Упражнение «Тренируем эмоции».

Рисование « Моё настроение».

Расслабление: см. занятие 3.

## **Блок 2**

*Занятие 5. «Настроение» ( продолжение)*

Игры: « На что похоже настроение», « Настроение и походка», « Колечко», « Угадай эмоции», « Встреча эмоций».

Рисование «Лицо Маши».

Расслабление « Полёт птицы».

*Занятие 6. « Наши страхи»*

Упражнение « Расскажи свой страх».

Релаксационный комплекс « Музыкальная мозаика».

Сценка « Тараканище».

Рисование « Нарисуй свой страх».

Расслабление: см. занятие 5.

*Занятие 7. « Наши страхи» (продолжение)*

Беседа о страхах. Этюды: «Котёнок по имени «Гав», « Стойкий оловянный солдатик».

Рисование « Я тебя больше не боюсь!».

Расслабление: см. занятия 5,

*Занятия 8. « Я больше не боюсь»*

Этюд « Смелые ребята».

Игры: « В тёмной норе», «Тень», « Слепой и поводырь».

Релаксационный комплекс «На лесной поляне».

## **Блок 3**

*Занятия 9. «Новичок»*

Этюд « Три характера».

Игры: «Молчок», « Скучно , скучно так сидеть», « Дракон кусает свой хвост» , «Комплименты».

Рисование « Три характера».

Расслабление «Светлые мысли».

*Занятия 10. «Ласка»*

Игра « Назови и покажи».

Этюды: « Страшный зверь», « Ласка».

Рисование «Страшный зверь».

Расслабление « Волшебный сон».

*Занятия 11. « Общая история»*

Сочинение « Общая история».

Инсценировка « Общая история».

Игры: « Колдун» , «Иголка и нитка».

Коллективное рисование « Общая история».

Расслабление: см. занятие 9.

*Занятие 12. « Волшебный лес».*

Этюды: « Ёжик», « Ёжики смеются».

Игра « Тропинка».

Упражнение « Танец».

Рисование « Волшебный лес».

Расслабление: см. занятие 10.

## **Блок 4**

*Занятие 13. « Сказочная шкатулка»*

Игра: « Сказочная шкатулка» , «Волшебное колечко». «Принц и принцесса».

Упражнение « Танец чувств».

Рисование « Волшебные зеркала».

Расслабление «Спаси птенца».

Расставание «Хоровод».

*Занятие 14. « Доброта»*

Этюды: « злодей», « Впереди всех».

Чтение рассказа Э. Шима «Не смей!»

Проигрывание ситуаций.

Расслабление: см. занятие 13.

*Занятие 15. «Радость»*

Этюды: « Утро» , «Радость», « Я всё люблю», « Шарик».

Расслабление: « Гора с плеч».

Рисование по темам этюдов.

*Занятие 16. «Волшебники»*

Игрыб « Взаимоотношения», « Передай по кругу».

Этюды: «Солидарность», « Цветок».

Расслабление: см. занятие 15.

**Блок 5**

*Занятие 17.» Солнце в ладошках»*

Игры: « Встреча сказочных героев», « Мальчик (девочка)- наоборот» , « Клеевой дождик».

Расслабление « Солнечный зайчик».

Этюды:» Солнце в ладошке» , « Просто так», « Идём за синей птицей!»

*Занятие 19. « Помирились»*

Этюды: « Поссорились и помирились», «Вежливый ребёнок».

Упражнение «Мирная считалка».

Беседа «Кого мы называем вежливым».

Разыгрывание ситуаций.

Расслабление «Улыбка».

Игра «Розовое слово „привет,,».

*Занятия 20. « Правила дружбы».*

Упражнение «Правила дружбы»

Игры: « Найди друга» , « Секрет», « Цветик-семицветик».

Рисование «Новоселье».

Расслабление : см. занятие 19.

**Блок 6**

*Занятие 21. « Жужжа»*

Упражнение « Танец пяти движений».

Игры: « Глаза в глаза» , « По кочкам» , « Жужжа».

Этюды: « Король Боровик не в духе», « Волшебный круг -злая кошка».

Рисование « Сказка про кляксу».

Расслабление « Путешествие в волшебный лес».

*Занятие 22. « Джаз тела»*

Упражнение «Бокс».

Игры: « Два барана», «Детский футбол», « Волшебный круг- каратист».

Этюд « Хмурый орёл».

Танец «Джаз тела».

Рисование «Я в детском саду, мои друзья».

Расслабление: см. занятие 21.

*Занятия 23 «Турнир»*

Игры: «Прогоняем злость», «Турнир», «Газета», «Волшебный круг – капризный ребёнок».

Этюд «Гиена».

Танец «Весёлая зарядка».

Рисование «Дружба двух цветов».

Расслабление «Вузель».

*Занятие 24. «Сражение»*

Игры: «Сражение», «Тигр на охоте», «Ругаемся овощами», «Клубочек», «Волшебный круг- боксёр», «Танец морских волн и танец огня».

Этюд «Разъярённая медведица».

Расслабление: см. занятие 23.

## **Блок 7**

*Игровой комплекс для агрессивных детей «Марсиане» (Панфилова М.А.)*

Игры и упражнения: «Прибытие», «Яблоко», «Минута разговора», «Первые слова», «Пугающая встреча», «Смешная газировка», «Добрые приветствия».

**Второе направление** программы по профилактике и преодолению агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста- работа ДОО с семьёй- подразумевает знакомство родителей с явлением «агрессивности», «детская агрессия», «агрессивное поведение», ознакомление с основными методами работы по профилактике и преодолению агрессивного поведения детей. Реализация данных задач осуществляется в последующей работе воспитателей с родителями.

Для ознакомления родителей с понятием «детская агрессия» предлагается проводить собрания на следующие темы: «Что такое детская агрессия», «Агрессия в семье», «Направления работы педагогов и родителей по преодолению агрессивного поведения детей», «Способы контроля агрессивного поведения ребёнка».

Всю логику и ход собрания педагогам рекомендуется разрабатывать самостоятельно, в соответствии с индивидуальными особенностями детей и родителей.

Лучшим залогом хорошего самообладания и адекватного поведения детей является умение родителей владеть собой. Многие взрослые пока не умеют управлять собственным гневом, а значит, их дети в процессе воспитания не усваивают навыки адекватного выражения гнева. Поэтому будет актуальной организация следующих консультаций, бесед, письменных рекомендаций: «Рекомендации для родителей и педагогов по преодолению собственных агрессивных проявлений в общении с ребёнком», «Как остановить карающего родителя в себе». «Способы выражения гнева», «Правильное общение». Однако следует дополнить и разнообразить имеющуюся информацию в соответствии с интересами, потребностями и возможностями родителей. В отличие от сформировавшейся личности ребёнок дошкольного возраста не владеет защитными механизмами, не способен руководствоваться осознанными мотивами и желаниями. Именно поэтому родители должны внимательно относиться к своим словесным обращениям к нему, оценкам поступков и избегать установок, которые впоследствии могут отрицательно проявиться в поведении ребёнка. С целью ознакомления родителей с негативными установками, их последствиями, с позитивными установками рекомендуется провести консультацию «Родительские директивы, оценки и установки».



Нередко родителей тревожит появление у детей несобранности, излишней активности или, наоборот, замкнутости, робости, агрессивности. Уравновешенный, радостный ребёнок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Всё это признаки внутреннего психоэмоционального напряжения, следствие какой-то детской проблемы, в которой взрослые не разобрались. Главное в такой ситуации - научить ребёнка помогать самому себе, то есть познакомить его с методами саморегуляции. Некоторые упражнения ребёнок может выполнить самостоятельно, в других должны помочь взрослые и родители.

Кроме перечисленных форм и методов работы, необходимо проводить индивидуальные беседы, обсуждение результатов диагностики детей, анализ педагогических ситуаций, целью которых будет как оказание помощи в общении с детьми с агрессивным поведением, так и создание мотивации совместной работы с ДООУ в данном направлении.

**Третье направление-** самообразование педагога дошкольного образования- предполагает прежде всего усвоение базовых положений при работе с детьми с агрессивным поведением. Кроме этого, педагогу необходимо самому освоить основы саморегуляции поведения, ауторелаксации.

**Результатом** внедрения нашей программы в воспитательный процесс ДООУ будут:

- сниженный уровень агрессии в поведении детей;
- знание и применение детьми педагогически приемлемых способов выражения агрессии;
- владение детьми основами саморегуляции эмоций, поведения, деятельности;
- владение детьми навыками конструктивного общения;
- наличие у детей развитых личностных качеств: доброжелательности, сочувствия, дружелюбия.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Аникеева Н.П.* Воспитание игрой. -М.: Просвещение, 1987.-144 с.
2. *Берковиц Э.* Агрессия: причины, последствия, контроль.- СПб.: Прайм-Еврознак, 2002.- 512 с.
3. *Бютнер К.* Жить с агрессивными детьми. Пео. С нем. – М.: Педагогика, 1991.-321 с.
4. *Запорожец А.В.* Эмоциональное развитие дошкольника. -М.: Просвещение, 1985.-135 с.
5. *Захаров В.И.* Как предупредить отклонения в поведении ребёнка / Под ред. Кошелевой А.Д.-М.: Просвещение, 1993.-115 с.
6. *Калинина Р.* Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения.-СПб.: Речь, 2002.-86 с.
7. *Лецинский В.М., Кульневич С.В.* Учимся управлять собой и детьми. -М.: Просвещение, 1995.- 240 с.
8. *Панфилова М.А.* Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры.- М.: Гном-Пресс, ГНОМ и Д, 2005.-160с.
9. *Панфилова М.А.* Марсиане: игровой комплекс для агрессивных детей и подростков // Школьный психолог.-2001.- №18.- С.45.
10. *Чистякова М.И.* Психогимнастика.- М.: Владос, 1990.- 127 с.
11. *Шиманская М.А.* Агрессивный ребёнок : кто он и как ему помочь? // Дошкольная педагогика.- 2005.- №4.-С. 50.