**ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗПР**

выпускная квалификационная работа

**Содержание**

Введение

Глава 1. Теоретические основы коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

1.1 Изучение проблемы агрессивного поведения в специальной психолого-педагогической литературе

1.2 Психолого-педагогическая характеристика детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

1.3 Игровые упражнения как средство коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой

Выводы по теоретической главе исследования

Глава 2. Эмпирическое исследование по проблеме коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития посредством игровых упражнений

2.1 Определение исходного уровня агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

2.2 Коррекция агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития посредством игровых упражнений

2.3 Определение эффективности формирующего этапа исследования

Выводы по эмпирической главе исследования

Заключение

Список литературы

Приложения

**Введение**

Современному обществу характерна агрессивность, которой оно заражает свое молодое поколение. Опасность состоит в том, что у нового поколения агрессивность может стать врожденной и массовой, превратиться из социальной патологии в социальную норму. Ведь агрессивность достаточно стабильна во времени и велика вероятность того, что агрессия в детстве может перейти в стойкое асоциальное или антисоциальное поведение. коррекция агрессивный поведение

Проблема детской агрессивности – одна из значимых в начальной школе и в настоящее время очень актуальна в связи с ее распространенностью и дестабилизирующим влиянием.

Агрессивность современных детей носит в себе определенные психологические особенности, затрагивая не только окружающих ребенка людей - родителей, воспитателей, учителей, сверстников, она создает трудности и для самого ребёнка, в его взаимоотношениях с окружающими, определяет развитие всей его личности, различных её сторон.

Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ». Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т. п.).

Агрессивность – свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. (Психологический словарь)

В литературе имеется достаточное количество теоретических и практических разработок в области изучения агрессивного поведения нормально развивающихся школьников. Этим вопросом занимались такие авторы, как З. Фрейд, К. Лоренц, А. Бандура, М. Алвор, П. Бейкер, Г.Б. Монина, Е.К. Лютова, Н.Л. Кряжева, К. Фопель, Ю.С. Шевченко и другие.

Проблема агрессивного поведения детей с задержкой психического развития в настоящее время недостаточно изучена. В имеющемся теоретическом материале большее внимание уделяется вопросу исследовательской, познавательной и деятельностной сферы, нежели эмоционально-волевой.

Так же следует отметить, что присутствующие поведенческие характеристики на одном возрастном этапе при условии их незакрепления исчезают при переходе к другому. Применительно к агрессивным формам поведения рассмотрение данного вопроса является весьма значимым. Психологи, педагоги, родители, владея такой информацией, способны будут понимать и адекватно реагировать на агрессивные действия ребенка, выбирать эффективные способы воздействия на личность ребенка, предотвращая их закрепление в качестве устойчивой черты (агрессивности).

Так как физический и психический компоненты в играх тесно связаны проведение игровых упражнений с детьми весьма эффективный способ коррекции отклонений в развитии агрессивного поведения. В подвижных и спортивных играх дети не только реализуют свою потребность в движении, расходуют накопившуюся энергию и совершенствуют основные двигательные навыки, но и учатся, с одной стороны, инициативности, самостоятельности, настойчивости, а с другой – умению владеть собой и считаться с партнерами, согласовывать свои действия с действиями других игроков.

Авторы, занимающиеся вопросами коррекции агрессивного поведения, предлагают большое количество различных игр и рекомендаций, но мало кто систематизирует их в комплексы игровых упражнений, в частности, для младших школьников с задержкой психического развития (ЗПР).

Специально организованные психологические игры в работе с детьми с ЗПР могут помочь ему не только контролировать свое поведение в процессе общения, но и выражать свои эмоции. По мнению Д.Б. Эльконина, в игре ребенок может преодолеть эгоцентризм, что обеспечивается механизмом принятия на себя роли и выполнением этой роли. Таким образом, игра способствует развитию как интеллектуальной, так и эмоционально-личностной децентрации, что, в свою очередь, развивает у ребенка умение более эффективно разрешать проблемные ситуации. В ходе выполнения той или иной роли ребенок моделирует значимые для него межличностные отношения, в которых отражаются эмоциональные переживания, связанные с данной ролью; эти действия дают ребенку возможность прочувствовать последствия своих поступков, выявить смыслы и значения своей деятельности, а также формируют новые социальные мотивы деятельности.

Несмотря на актуальность изучаемой проблемы, существует **противоречие** между коррекционными возможностями игровых упражнений и недостаточным использованием их в работе с агрессивными детьми.

**Проблема:** какова роль игровых упражнений в коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

**Цель исследования:** теоретически обосновать и эмпирически проверить возможность использования игровых упражнений с целью коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

**Объект исследования:** агрессивное поведение детей младшего школьного возраста с ЗПР.

**Предмет исследования:** игровые упражнения как средство коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что игровые упражнения будут являться эффективным средством в коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР, при условии:

- если упражнения направлены на использование разнообразных способ снятия агрессивности;

- если упражнения предлагаются для работы в комплексе.

**Задачи исследования:**

1. Изучить и проанализировать специальную психолого-педагогическую литературу по проблеме агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР;
2. Изучить и проанализировать литературу по проблеме использования игровых упражнений как средства коррекции агрессивного поведения;
3. Выявить уровень агрессивности детей младшего школьного возраста с ЗПР;
4. Подобрать и апробировать игровые упражнения, направленные на коррекцию агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР;
5. Определить эффективность подобранных и проведенных игровых упражнений в коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР

**Методы исследования:**

теоретические: анализ, синтез, обобщение, конкретизация;

эмпирические:

1. Анкетирование воспитателей «Критерии агрессивности у ребенка» (авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.)
2. Опросник «Узнай себя» (Подласый И.П.)
3. Наблюдение (схема наблюдения из пособия Платоновой Н.М.)
4. Проективная методика «Несуществующее животное»
5. Проективная методика «Кактус»

**База исследования:** Государственное образовательное учреждение для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей («детский дом № 5»)

**Количество испытуемых:** 8 человек.

**Глава 1. Теоретические основы коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития**

**1.1 Изучение проблемы агрессивного поведения в специальной психолого-педагогической литературе**

Проблема агрессивного поведения остается актуальной на протяжении всего существования человечества в связи с его распространенностью и дестабилизирующим влиянием.

Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ».

В современной литературе дается немало определений понятия «агрессия», тем не менее, в психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: «Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т. п.)»

Агрессивность – свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. (Психологический словарь)

Агрессивное поведение может быть непосредственным, т.е. прямо направленным на раздражающий объект или смещенным, когда ребенок по каким-либо причинам не может направить агрессию на источник раздражения и ищет более безопасный объект для разрядки. Поскольку устремленная вовне агрессивность порицается, у ребенка может выработаться механизм направления агрессии на самого себя (так называемая аутоагрессия - самоунижение, самообвинение).

Спонтанная агрессия – это подсознательная радость, которую испытывает личность, наблюдая трудности у других.

Реактивная агрессия – проявляется в недоверчивости к людям.

В современной литературе предлагаются самые разнообразные классификации агрессии и агрессивного поведения.

Одна из наиболее распространенных классификаций предложена такими авторами, как А. Басс и А. Дарки. Они выделили пять видов агрессии:

1. Физическая агрессия - использование физической силы против другого лица (драки);
2. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы);
3. Косвенная агрессия:

- направленная (сплетни, шутки);

- ненаправленная (крики в толпе, топание ногами);

1. Раздражение (вспыльчивость, грубость);
2. Негативизм – оппозиционная манера поведения.

Э. Фромм выделяет «доброкачественную» и «злокачественную» агрессивность.

1. Агрессия "доброкачественная" (настойчивость, напористость, спортивная злость, мужество, смелость, храбрость, отвага, воля, амбиции). Она способствует поддержанию жизни и является реакцией на угрозу витальным потребностям;
2. Агрессия "злокачественная" (насилие, жестокость, наглость, хамство, зло). Такая агрессия не является биологически адаптивной, и она не призвана защищать витальные интересы человека.

О. Хухлаева, беря за основу стиль поведения в конфликте, выделяет следующие виды агрессивности:

* 1. Защитная. Возникает тогда, когда при наличии у ребенка активной позиции закрепляется страх перед окружающим миром. Основная функция агрессии в этом случае – защита от внешнего мира, который представляется ребенку небезопасным;
  2. Деструктивная. Если у ребенка в раннем возрасте отсутствует автономность, способность к самостоятельным выборам, суждениям, оценкам, то в активном варианте у него появляется деструктивная агрессивность;
  3. Демонстративная. Возникает не как защита от внешнего мира и не причинение вреда кому-либо, а как желание ребенка обратить на себя внимание;

Н.Д. Левитов предлагает следующую классификацию агрессии:

1. Типичная для характера человека агрессия;
2. Нетипичная для характера человека агрессия (она может отражать начало возникновения новых черт характера);
3. Эпизодическая, преходящая агрессия.

Следует отметить, что в жизни чаще всего встречается сочетание некоторых или даже всех видов агрессии.

Агрессия в человеческом обществе имеет специфические функции. Во-первых, она выступает средством достижения какой-нибудь значимой цели. Во-вторых, часто агрессия является способом замещения блокированной потребности и переключения деятельности. В-третьих, агрессия используется некоторыми людьми как способ удовлетворения потребности в самореализации, самоутверждении и как защитное поведение.

Существуют разнообразные теории появления агрессивности: биологическая причина и недостаточное или плохое воспитание. Спор о том, зол ли человек изначально или же добр, продолжается не одно столетие. Уже в древнейшей философии присутствуют прямо противоположные точки зрения по этому вопросу. Китайский философ Сюн-цзы считал, что человек имеет "злую природу". Другой китайский философ Мэн-цзы провозгласил идею о том, что все люди рождаются добрыми или нейтральными, а зло в них появляется под воздействием общественных факторов.

Подобную идею высказал и продолжил 19 столетий спустя Жан-Жак Руссо. По мнению Lewis DO, в отличие от некоторых биологических видов, ни одна группа людей не показала себя врожденно более агрессивной (хотя иногда какой-нибудь народ оказывался более агрессивным по сравнению с остальными).

З. Фрейд впервые сформулировал свое понимание агрессии в работе "По ту сторону принципа удовольствия" (1912). В ней он рассматривал агрессию как соединение Эроса (либидо, созидающего начала) и Танатоса (мортидо, деструктивного начала), с преобладанием последнего, т. е. как слияние сексуального инстинкта и инстинкта смерти при доминировании последнего. Он утверждал (1933), что Танатос противостоит Эросу, и его целью является возвращение к изначальному неорганическому состоянию. Фрейд считал, что есть механизм нейтрализации внутренней агрессии, который является главной функцией Эго. Но Эго не появляется вместе с рождением ребенка, а формируется в процессе его развития. Вместе с его формированием начинает развиваться и механизм нейтрализации агрессии.

Современные психологи, физиологи, этологи, философы до сих пор придерживаются разных точек зрения по этому поводу. Существующие на сегодняшний день теории агрессии по-разному объясняют причины и механизмы агрессивного поведения человека. Одни из них связывают агрессию с инстинктивными влечениями (З. Фрейд, К. Лоренц), Доктор H. Parens, посвятивший свою научную деятельность изучению агрессии у детей, считает безусловным то, что дети уже рождаются с разным уровнем агрессии. Правда он практически идентифицирует агрессию с активностью, считая, что при нормальном развитии личности агрессия трансформируется в активность. В других агрессивное поведение трактуется как реакция на фрустрацию. (Дж. Доллард, Л. Берковитц), в третьих агрессия рассматривается как результат социального научения (А. Бандура).

Имеется множество разновидностей этих подходов. Наибольшее экспериментальное подтверждение получили фрустрационная теория агрессии и теория социального научения. Однако до сих пор идут споры о биологической обусловленности агрессии. К. Лоренц считает агрессию важным элементом эволюционного развития. Наблюдая за поведением животных он пришел к выводу, что агрессия, направленная против собратьев по виду, никоем образом не вредна для этого вида. Напротив, она выполняет функцию его сохранения, т.к. именно агрессия позволяет группе иметь самых сильных и умных особей, и лучших из возможных вожаков.

Социальные и биологические науки пришли к тому, что, возможно, наиболее важное влияние на формирование и развитие агрессивного поведения оказывают средовые факторы. К таковым можно отнести порочное воспитание, включающее физические наказания, моральное унижение, социальную и сенсорную изоляцию, табу на эмоциональные проявления, а также такие мега-факторы как скученность (небывалое увеличение плотности населения). Природа человеческой агрессии с трудом поддается анализу.

Рассмотрев феномен агрессии, есть смысл обратиться к пониманию ее причин в разные возрастные периоды. Известно, что агрессивность усиливается в критические возрастные периоды (0, 1, 3, 7, 13, 17 лет). Этот факт рассматривается специалистами как показатель нормального роста организма.

Критерии агрессивного поведения по М. Алворду, П. Бейкеру:

Ребенок:

1. Часто теряет контроль над собой.

2. Часто спорит, ругается со взрослыми.

3. Часто отказывается выполнять правила.

4. Часто специально раздражает людей.

5. Часто винит других в своих ошибках.

6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

7. Часто завистлив, мстителен.

8.Чувствителен. Очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которое нередко раздражают его.

Признаки агрессивности (И.П. Подласый):

1.Упрямство, постоянные возражения, отказы даже от легких поручений, игнорирование просьб учителя.

2.Драчливость.

3.Постоянная или длительная подавленность, раздраженность.

4.Беспричинные вспышки гнева, озлобленность.

5.Жестокое обращение с животными.

6.Стремление оскорбить, унизить.

7.Властность, стремление настоять на своем.

8.Эгоцентризм, неспособность понять других.

9.Эмоциональная глухота. Душевная черствость.

10.Самоуверенность, завышенная самооценка.

Выделяют множество факторов, влияющих на появление агрессивности:

1. Семья;
2. Стиль воспитания в семье:

- гиперопека

- гипоопека

1. Эмоциональная близость с ребенком
2. Социально – культурный статус семьи и т.д.
3. Индивидуальные особенности человека;
4. Сниженная произвольность
5. Низкий уровень активного торможения и т.д.;
6. Сверстники (через взаимодействие с ними формируется определенная модель поведения);
7. Средства массовой информации, которые в настоящее время приобретают все большую значимость в формировании агрессивности не только у детей, но и у всего населения в целом;
8. Нестабильная социально – экономическая обстановка.

Устойчивые агрессивные тенденции в поведении детей младшего школьного возраста имеют истоки в сфере взаимоотношений со значимыми взрослыми, а таковыми являются родители и учителя.

Главный источник живых примеров агрессивного поведения для большинства детей является семья. Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как «цикл насилия», Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые «практикуют» их родители по отношению друг к другу. Дети, выбирая методы выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Когда дети вырастают и вступают в брак, они используют отрепетированные способы разрешения конфликтов и, замыкая цикл, передают их своим детям, посредством создания характерного стиля дисциплины. Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности. Таким образом, дети часто перенимают агрессивные формы поведения у родителей.

Часто агрессивный ребенок ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей приводит к нарушению детско-родительских отношений и влияет на душу ребенка уверенность, что его не любят. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человеком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников.

Е.К. Лютова и Г.Б. Монина утверждают, что почти в каждом классе встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится «грозой» всего детского коллектива, источником огорчения воспитателей и родителей. Этого драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой он есть, а еще трудней понять.

Научаются агрессивному поведению дети и в ходе взаимодействия с другими детьми. Один из способов научения агрессивным действиям у сверстников – игра. К этим играм можно отнести те, в которых дети толкаются, догоняют друг друга, дразнятся и пр. Кроме того, в этом возрасте наиболее характерна реактивность или так называемая ответная агрессивность на действия сверстников. Часто агрессия может возникать как ответная реакция на неприемлемое поведение окружающих, то есть как акт возмездия за что-либо.

Как уже было отмечено, на становление агрессивного поведения младшего школьника оказывает влияние семейное окружение и особенности взаимодействия с другими детьми; но нельзя оставить без внимания и еще один фактор, который особенно в последние годы вызывает серьезную озабоченность и у родителей, и у педагогов, и у психологов. Это влияние средств массовой информации.

Современные дети часто прибегает к агрессии т.к. научаются видеть в ней способ решения жизненных трудностей, т.е. можно говорить о процессе социализации агрессии как результате усвоения навыков агрессивного поведения и развитии агрессивной готовности личности. В пользу этой концепции говорит то, что ребенок, как правило, не выбирает агрессию осознанно, а отдает ей предпочтение, не имея навыков конструктивного решения своих проблем. Агрессию рассматривают как социальное поведение, включающее навыки и требующие научения. Чтобы совершить агрессивное действие, человек должен много знать: например, какие слова и действия причинят страдания, какие приемы будут болезненными и т.п. эти знания не даются при рождении. Люди должны научиться вести себя агрессивно.

Усвоение агрессивных реакций на своем опыте играет важную роль, но научение через наблюдение оказывает даже большее воздействие. Человек, ставший свидетелем насилия, открывает для себя новые грани агрессивного поведения, которые ранее отсутствовали в его поведении. Наблюдая агрессивные действия других, человек может пересмотреть ограничения своего поведения: другим можно, значит и мне можно. Постоянное наблюдение сцен насилия приводит к утрате эмоциональной восприимчивости к агрессии и чужой боли. В результате настолько привыкает к насилию, что перестает рассматривать его как неприемлемую форму поведения.

Американские социологи подсчитали, что в наиболее популярных телевизионных передачах на каждый час вещания приходится в среднем около 9 актов физической и 8 актов вербальной агрессии. Секс и насилие так или иначе фигурирует более чем в 60% анонсов телепрограмм (по данным представленным Р. Бэрон, Д. Ричардсон). Пока нет подобных социологических данных по России, но очень вероятно, что эта цифра не меньше.

В настоящее время появляется все больше научных исследований, подтверждающих тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые в кино или на экранах телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителей.

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы | Детерминанты |
| Социальные | Фрустрация (препятствие целенаправленному поведению).  Провокация (месть за месть).  Характеристика объекта агрессии (пол, раса).  Сторонние наблюдатели (те; кто наблюдают за агрессивной ситуацией). |
| Внешние | Шум, температура, запах, теснота личного пространства. |
| Биологические | Аномалии половых хромосом, повреждение коры головного мозга, тип и свойства нервной системы. |
| Индивидуальные | Черты характера (демонстративные не склонны к агрессии, так как ждут социального одобрения).  Склонность приписывать дурные намерения другим людям.  Повышенная раздражительность (быстро заводятся и обижаются).  Низкий уровень самоконтроля. |

Таким образом можно сделать вывод, что агрессивность современных детей является актуальной в нынешних условиях нашей жизни т. к. она носит в себе определенные психологические особенности, затрагивая не только окружающих ребенка людей - родителей, воспитателей, учителей, сверстников, она создает трудности и для самого ребёнка, в его взаимоотношениях с окружающими. Агрессивность не является чем-то безразличным для самого ребёнка, ведь «проявление ребёнком агрессии является следствием наличия у него какого-то серьёзного неблагополучия в ходе его развития».

Вследствие крушения моральных устоев, нестабильности в нашей стране, переоценки ценностей, агрессия является нормой в межличностных отношениях.

Агрессивность определяет не только нынешнее положение ребёнка в системе общественных связей и отношений, ее влияние на развитие личности носит более долгосрочный характер. Лонгитюдные исследования показывают, что агрессивность достаточно стабильна во времени и велика вероятность того, что агрессия в детстве может перейти в стойкое асоциальное или антисоциальное поведение у подростков. Агрессивное поведение оказывает влияние не только на отношение ребенка с окружающей действительностью, но и определяет развитие всей её личности, различных её сторон. Первоначально агрессивность и жестокость возникают как конкретно- ситуационные явления, источником которых являются внешние обстоятельства.

Общество, в котором мы живем, больное агрессией и нетерпимостью из-за нестабильности материально- бытовых, социально- экономических условий заражает и свое молодое поколение. Опасность состоит в том, что у нового поколения болезнь может стать врожденной и массовой, превратиться из социальной патологии в социальную норму. Если обвинения соседствуют с равнодушием и аморальным поведением родителей и общественности и применением ими физической силы как в конфликтах между собой, так и в отношении ребенка, то в силу детского подражания и отсутствия другого жизненного опыта ребенок убеждается в том, что добиться цели наиболее просто путем агрессии.

**1.2 Психолого-педагогическая характеристика детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития**

Большую часть контингента детей с трудностями в обучении составляет группа, которую определяют как «дети с задержкой психического развития». Это многочисленная группа, составляющая около 50% среди неуспевающих младших школьников.

Понятие «задержка психического развития» (ЗПР) употребляется по отношению к детям с минимальными органическими повреждениями или функциональной недостаточностью центральной нервной системы, а также длительно находящихся в условиях социальной депревации. Для них характерны незрелость эмоционально-волевой сферы и недоразвитие познавательной деятельности, имеющие свои качественные особенности, компенсирующиеся под воздействием временных, лечебных и педагогических факторов.

Важным отличием их от умственно отсталых детей является то, что стимуляция деятельности этих детей, оказание им своевременной педагогической помощи позволяют выделить у них зону их ближайшего развития, которая в несколько раз превышает потенциальные возможности умственно отсталых детей этого же возраста.

В настоящее время достигнуты большие успехи в клиническом и психолого-педагогическом изучении детей с ЗПР. Исследования отечественных ученых позволили дать подробную клиническую характеристику детей этой категории.

Многочисленные исследования показали, что младшие школьники с ЗПР по сравнению с нормально развивающимися детьми характеризуются несоответствующим возрасту недостаточным развитием внимания, восприятия, памяти, недоразвитием личностно - деятельностной основы, отставанием в речевом развитии, низким уровнем речевой активности, замедленным темпом становления регулирующей функции речи.

Психологи и педагоги отмечают характерные для младших школьников с ЗПР импульсивность действий, недостаточную выраженность ориентировочного этапа, целенаправленности, низкую продуктивность деятельности. Отмечаются недостатки в мотивационно – целевой основе организации деятельности, несформированность способов самоконтроля, планирования.

Особенности проявляются в ведущей игровой деятельности, которая сформирована у них не полностью и характеризует бедность воображения и творчества, определенные монотонность и однообразие, преобладание компонента двигательной расторможенности. Само стремление к игре нередко выглядит скорее как способ ухода от затруднений в заданиях, чем первичная потребность: желание играть часто возникает именно в ситуациях необходимости целенаправленной интеллектуальной деятельности, приготовления уроков.

Шести – семи летние дети с ЗПР не проявляют интереса к играм по правилам, имеющим существенное значение в подготовке к учебной деятельности как ведущей для младшего школьного возраста. В целом такие дети предпочитают подвижные игры, свойственные более младшему возрасту.

Выявлены особенности нравственной сферы личности детей с ЗПР. Они слабо ориентируются в нравственно-этических нормах поведения, социальные эмоции формируются с трудом. В отношениях со сверстниками, как и с близкими взрослыми, эмоционально «теплых» отношений часто не бывает, эмоции поверхностны и неустойчивы.

Эмоционально-волевая незрелость представлена органическим инфантилизмом. При этом инфантилизме у детей отсутствует типичная для здорового ребенка живость и яркость эмоций. Больные дети характеризуются слабой заинтересованностью в оценке, низким уровнем притязаний. Внушаемость у них имеет более грубый оттенок и нередко отражает органический дефект критики.

Эмоциональный мир данной категории детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона, количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение.

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.

Дети с ЗПР и какой-либо степенью выраженности агрессивного поведения очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную им ссору на других.

Этого драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой он есть, а еще трудней понять.

Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия-это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Дети с ЗПР выражено склонны к стереотипным действиям и способам решения задач.

Несколько способов разрешения конфликтных ситуаций, наблюдающихся у детей с ЗПР (Sturma, 1982):

1. агрессия, направленная или непосредственно на объект, каким могут быть дети младшего возраста, физически более слабые дети, животные, или на вещи;
2. бегство. Ребенок «убегает» от ситуации, с которой он не может успешно справиться, например отказывается от посещения детского сада. Наиболее специфической формой бегства является «уход в болезнь», что может проявляться в невротических соматических реакциях, например в утренней рвоте, болях в животе, головных болях и пр.;
3. регрессия (возврат на более низкий уровень развития) также является достаточно частой реакцией ребенка с ЗПР. Он не хочет быть большим и самостоятельным, так как это приносит одни неприятности;
4. отрицание трудностей и неадекватная оценка реальной ситуации. Ребенок вытесняет из сознания слишком травмирующую действительность, в которой он всегда терпит неудачи и которой он не может избежать.

И. А. Фурманов (1996), основываясь на проявлениях агрессии, выделяет четыре категории детей:

1. Дети, склонные к проявлению физической агрессии

Это активные, деятельные и целеустремленные ребята, отличающиеся решительностью, склонностью к риску, бесцеремонностью авантюризмом. Их экстравертированность (обшительность, раскованность, уверенность в себе) сочетается с честолюбием и стремлением к обшественному признанию. Обычно это подкрепляется хорошими лидерскими качествами, умением сплотить сверстников, правильно распределить между ними групповые роли, увлечь за собой. В то же время они любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми и проявлять садистские тенденции.

Кроме того, эти дети отличаются малой рассудительностью и сдержанностью, плохим самоконтролем. Обычно это связано с недостаточной социализацией и неумением или нежеланием сдерживать или отсрочивать удовлетворение своих потребностей. Они постоянно стремятся испытывать острые ощущения, а при отсутствии таковых начинают скучать, так как нуждаются в постоянной стимуляции. Поскольку всякая задержка для них непереносима, то желания они стараются реализовать сразу же, не задумываясь о последствиях своих поступков даже в тех случаях, когда понимают, что дело добром не закончится. Агрессивные дети действуют импульсивно и непродуманно, часто не извлекают уроков из своегo опыта, поэтому и совершают одни и те же ошибки. Они не придерживаются никаких этических и конвенциональных норм, моральных ограничений, обычно просто игнорируют их. Поэтому такие дети способны на нечестность, ложь, измену.

2. Дети, склонные к nроявлению вербальной агрессии

Этих ребят отличают психическая неуравновешенность, постоянныетревожность, сомнения и неуверенность в себе. Они активны и работоспособны, но в эмоциональных проявлениях склонны

к сниженному фону настроения. Внешне часто производят впечатление угрюмых, недоступных и высокомерных, однако при более близком знакомствe перестают быть скованными и отгороженными и становятся очень общительными и разговорчивыми. Для них характерен постоянный внутриличностный конфликт который влечет за собой состояния напряжения и возбуждения.

Еще одной особенностью таких детей является низкая фрустрационная

Толерантность, малейшие неприятности выбивают их из колеи. Поскольку они обладают сензитивным складом, то такие слабые раздрожители легко вызывают у них вспышки раздрожения, гнева и страха. Они не умеют и не считают нужным скрывать свои чувства и отношение к окружающим и выражают их в агрессивных вербальных формах.

Спонтанность и импульсивность у них сочетаются с обидчивостью и консерватизмом, предпочтением традиционных взглядов, которые отгораживают их от переживаний и внутренних конфликтов.

3. Дети, склонные к nроявлению косвенной агрессии

Таких детей отличает чрезмерная импульсивность, слабый самоконтроль, недостаточная социализация влечений и низкая осознанность своих действий. Они редко задумываются о причинах своих поступков, не предвидят их последствий и не переносят оттяжек и колебаний. У детей с низкими духовными интересами отмечается усиление примитивных влечений. Они с удовольствием отдаются чувственным наслаждениям, стремятся к немедленному и безотлогательному удовлетворению потребностей, не считаясь с обстоятельствами, моральными нормами, этическими стандартами и желаниями окружающих. Косвенный характер агрессии является следствием двойственности их натуры с одной стороны, им свойственны смелость, решительность, склонность к риску и общественному признанию, с другой – феминные черты характера: сензитивность, мягкость, уступчивость, зависимость. Кроме того, из-за сензитивности ребята очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес, поэтому люди, критикующие их, вызывают у них чувства раздражения, обиды и подозрительности.

4. Дети, склонные к nроявлению негативизма

Ребят этой группы отличают повышенная ранимость и впечатлительность. Основные черты характера – эгоизм, самодовольство, чрезмерное самомнение. Все, что задевает их личность, вызывает чуство протеста. Поэтому и критику, и равнодушие окружающих воспринимают как обиду и оскорбление и, поскольку имеют фрустрационную толерантность и не способны владеть эмоциями, начинают сразу же активно выражать свое негативное отношение. В то же время эти дети рассудительны, придерживаются традиционных взглядов, взвешивают каждое свое слово, и это ограждает их от ненужных конфликтов. Правда, они нередко меняют активный негативизм на пассивный – умолкают и разрывают контакт.

Е.К. Лютова и Г.Б. Монина утверждают, что почти в каждом классе встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится «грозой» всего детского коллектива, источником огорчения воспитателей и родителей.

**1.3 Коррекция агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития посредством игровых упражнений**

В психолого-педагогической литературе описаны разнообразные подходы к организации коррекционной работы с агрессивными детьми. Выбор методов коррекции во многом зависит от причин агрессивного поведения, способов выражения агрессии, индивидуальных особенностей личности младшего школьника. Следует также принимать во внимание отношения в семье.

Таблица. Причины агрессивности детей и методы их коррекции

|  |  |
| --- | --- |
| Причина | Методы коррекции |
| 1.Недостаток двигательной активности, физической нагрузки | - подвижные игры  - спортивные эстафеты  - «минутки радости» между занятиями |
| 2.Дефицит родительского внимания, неудовлетворенная потребность в родительской любви и принятии | - беседа с родителями  - направление к психологу  - наблюдение за поведением ребенка  - налаживание эмоционального контакта с ребенком |
| 3.Повышенная тревожность (комплекс несоотвецтвия) | -II-II-II-  -II-II-II- |
| 4.Усвоение эталонов агрессивного поведения в семье | - беседа с родителями  - направление к психологу |
| 5.Косвенно стимулируемая агрессивность (СМИ, игрушки) | - аретопсихотерапия  - давать ненавязчивые варианты и образцы миролюбивых способов общения  - обсуждать книги предусмотренные программой |
| 6.Низкий уровень развития игровых и коммуникативных навыков | - подвижные игры  - игры на понимание эмоционального состояния  - психогимнастика, игры на мимическое и пантомимическое самовыражение  - обучение приемам саморасслабления  - разработка программ обучения коммуникативным навыкам |

Говоря о коррекции агрессивного поведения, можно выделить специфические и неспецифические способы взаимодействия с ребенком.

К неспецифическим, т.е. подходящим ко всем детям, способам взаимодействия относятся известные всем «золотые правила» педагогики:

- не фиксировать внимание на нежелательном поведении ребенка и не впадать самим в агрессивное состояние. Запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Выражение удивления, недоумения, огорчения учителей по поводу неадекватного поведения детей формирует у них сдерживающие начала;

- реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни были. Это трудное задание. Учителя признаются, что порой приходится несколько недель потратить на поиск позитивного в ребенке, а ведь реагировать необходимо сразу, по ситуации. Ребенок хочет в каждый момент времени чувствовать, что его принимают и ценят.

К специфическим методам коррекции можно отнести:

- релаксационный тренинг, который педагог может как вводить в урок, так и использовать в специальных коррекционных занятиях. Опыт использования различных «путешествий» в воображении на уроках говорит об уменьшении гиперактивности, внутренней напряженности как предпосылок агрессивных актов;

- игровое упражнение - осуществляемое в игровой форме повторное выполнение действия с целью его усвоения. Также игровое упражнение можно определить как прием обучения, с помощью которого в процессе игровой деятельности у детей формируются умения практического использования полученных знаний.

Для коррекции агрессивного поведения младших школьников с ЗПР можно использовать различные средства, одним из них могут быть игровые упражнения. Мы считаем, что они являются мощным средством развития и психологического воздействия в работе с детьми данной категории.

Игровые упражнения – это эффективный метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром – игра. Игровые упражненияпозволяют оптимизировать процесс поиска решения в проблемной ситуации и реализуются в процессе игры, где в центре внимания лежат способы коммуникации. Основными задачами игровых упражнений в работе с детьми с задержкой психического развития младшего школьного возраста: облегчение психологического страдания ребенка; укрепление собственного Я ребенка, развитие чувства самоценности; развитие способности эмоциональной саморегуляции; восстановление доверия к взрослым и сверстникам, оптимизация отношений в системах «ребенок – взрослые», «ребенок – другие дети»; коррекция и предупреждение деформации в формировании Я – концепция; коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

Основная цель применения игровых упражнений **-** помочь детям с задержкой психического развития младшего школьного возраста выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом – через игру, являющейся одним из сильных развивающих средств для детей с ЗПР, так как является ведущим видом деятельности для них. Проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе.

Специалисты, работающие с проблемными детьми (психологи, психотерапевты, педиатры, социальные работники и педагоги), уже давно заметили, что ребенку намного проще выражать свои переживания, потребности, мечты в игровом процессе .Игра может дать ключ для того чтобы войти в действительность новыми путями, может помочь ребенку с ЗПР узнать мир, может одарить его воображение и научить критически воспринимать окружающее.

Игра представляет собой особую деятельность, которая расцветает в детские годы и сопровождает человека в течении всей жизни. Неудивительно, что проблема игры привлекала и привлекает к себе внимание исследователей, причем не только педагогов и психологов, но и философов, социологов, биологов, этнографов, искусствоведов. Представители всех научных отраслей сходятся во мнении, что игра – неотъемлемая часть человеческой культуры.

В психоаналитической практике игра рассматривается как символическая деятельность, в которой ребенок с помощью игрушек ролей и игровых действий, будучи свободным от запретов со стороны социального окружения, выражает бессознательные импульсы и влечения.

Игра является для ребенка тем же, чем речь является для взрослого. Это средство для выражения чувств, исследования отношений самореализации. Игра представляет собой попытку ребенка организовать свой опыт, свой личный мир. В процессе игры ребенок переживает чувства контроля над ситуацией, даже если реальные обстоятельства этому противоречат.

Игра свободна от влияния взрослых, принуждения, дает ребенку возможность свободного самовыражения и самоисследования чувств и переживаний; она позволяет освободиться от фрустрации, вытеснить эмоциональное напряжение.

Форма проведения игровых упражнений (индивидуальная или групповая) обуславливается характером эмоциональных проблем ребенка. Игра оказывает сильное влияние на развитие личности, способствует созданию близких отношений между участниками группы, помогает снимать напряженность, повышает самооценку, позволяет поверить в себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий.

При любой форме центром психологической работы являются каждый ребенок и его индивидуальные психологические особенности.

Основной этап коррекционной работы с эмоциональной сферой ребенка может опираться как на групповую, так и на индивидуальную форму, но в связи с тем, что заключительный этап коррекции связан с переносом приобретенных позитивных новообразований в эмоциональной сфере ребенка на реальную практику социальных отношений, данный этап опирается на групповое проведение игровых упражнений.

**Глава 2. Эмпирическое исследование по проблеме коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития**

**2.1 Определение исходного уровня агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития**

Изучив теоретический аспект выбранной темы, мы перешли к эмпирической части исследования.

Оно проводилось на базе Государственного образовательного учреждения для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей («детский дом № 5») Кировского Административного округа.

В исследовании приняло участие 8 воспитанников (из них 4 девочки и 4 мальчика). Количество обусловлено спецификой наполняемости групп с учетом дефектов детей.

С учетом особенностей детей данной категории были определены методы исследования. Само исследование проводилось в форме педагогического эксперимента и состояло из трех этапов:

- констатирующий;

- формирующий;

- контрольный.

Цель исследования: теоретически обосновать и эмпирически проверить возможность использования игровых упражнений с целью коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Сроки проведения констатирующего этапа исследования **-** 18.02.2008 по 29.02.2008г.

Цель: выявить уровень агрессивного поведения у младших школьников с ЗПР.

Для получения данных по исследованию мы опирались на следующие критерии и показатели агрессивного поведения младших школьников (по Н.М. Платоновой):

1. Форма проявления агрессии

2. Частота агрессивных проявлений

3. Степень проявления агрессии

4. Адекватность проявления агрессии

Для выявления уровня агрессивности младших школьников с ЗПР были использованы методики:

1. Анкетирование воспитателей «Критерии агрессивности у ребенка» (авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.Н.)
2. Опросник «Узнай себя» (Подласый И.П.)
3. Наблюдение (схема наблюдения из пособия Платоновой Н.М.)
4. Проективная методика «Несуществующее животное»
5. Анкетирование воспитателей «Критерии агрессивности у ребенка» (авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.Н.)

Цель: оценить степень развитости агрессивности у младших школьников. (Приложение 1).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

4 ребенка имеют высокий уровень агрессивности;

2 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

2 ребенка имеют средний уровень агрессивности.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

50 % - высокий уровень агрессивности;

25 % - уровень агрессивности выше среднего;

25 % - средний уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладает высокий уровень агрессивности.

1. Опросник «Узнай себя» (Подласый И.П.)

Цель: составить представление об агрессивных наклонностях учеников. (Приложение № 2).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

1 ребенок имеет средний уровень агрессивности;

4 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего

3 ребенка имеют низкий уровень агрессивности;

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

12,5 % - средний уровень агрессивности;

50 % - уровень агрессивности ниже среднего;

37,5 % - низкий уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладает уровень агрессивности ниже среднего.

1. Наблюдение (схема наблюдения из пособия Платоновой Н.М.)

Цель: оценить степень развитости агрессивности у младших школьников. (Приложение 3).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

3 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

3 ребенка имеют средний уровень агрессивности;

2 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

37,5 % - уровень агрессивности выше среднего;

37,5 % - средний уровень агрессивности;

25 % - уровень агрессивности ниже среднего.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладают уровени агрессивности выше среднего и средний.

4. Проективная методика «Несуществующее животное» (автор Е.И. Рогов).

Цель: оценить степень развитости агрессивности у младших школьников. (Приложение 4).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

3 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

2 ребенка имеют средний уровень агрессивности;

3 ребенка имеют низкий уровень агрессивности.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

37,5 % - уровень агрессивности выше среднего;

25 % - средний уровень агрессивности;

37,5 % - низкий уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладают уровени агрессивности выше среднего инизкий.

Уровень агрессивного поведения мы оценивали по следующим критериям (по Н.М. Платоновой):

1. Форма проявления агрессии

2. Частота агрессивных проявлений

3. Степень проявления агрессии

4. Адекватность проявления агрессии

В соответствии с критериями мы рассматривали следующие уровни агрессивного поведения:

Низкий уровень – субнормальная агрессия – полное отсутствие агрессивных действий, даже в случае необходимости самозащиты;

Ниже среднего – нормальная агрессия – отсутствие агрессии в привычных и безопасных ситуациях; адекватное использование агрессии в ситуациях реальной угрозы для самозащиты; сублимирование агрессии в деятельности и в стремлении к успеху; отсутствие деструктивности;

Средний – умеренно-защитная агрессия – умеренное проявление агрессии в привычных ситуациях вследствие воображаемой угрозы со стороны окружающих людей (без реальной опасности); неадекватное использование агрессии в критических ситуациях; небольшая степень деструктивности, в том числе в форме аутодеструкции;

Выше среднего – гипертрофированная агрессия – высокая частота и сила агрессивных реакций даже по небольшому поводу; выраженная степень деструкции – опасности для окружающих;

Высокий – брутальная агрессия – чрезмерно частые или сверхсильные агрессивные реакции, сопровождающиеся разрушением предметов или насилием по отношению к окружающим; данное поведение не адекватно ситуации; оно представляет высокую угрозу для жизни окружающих или самого человека.

После обработки данных мы получили следующие результаты: низкого и высокого уровня не было обнаружено, уровень ниже среднего составил 25 %, средний уровень – 37,5 %, уровень выше среднего – 37,5 %.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что уровень агрессивного поведения у детей исследуемой группы в основном характеризуется как средний и выше среднего. (Приложение 6)

**2.2 Коррекция агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития посредством игровых упражнений**

На основе результатов констатирующего эксперимента был проведен формирующий этап исследования. Сроки проведения исследования: март-апрель 2008 года.

Цель: подобрать и провести игровые упражнения с целью коррекции агрессивного поведения младших школьников с ЗПР.

Для проведения формирующего этапа исследования мы подобрали игровые упражнения, предлагаемые следующими авторами … Е.К. Лютова, Г.Б. Монина, Н.Л. Кряжева, К. Фопель, И.В. Шевцова, Е.В. Карпова…

Работу мы организовывали во вторую половину дня, во время, отведенное для игр детей, упражнения проводились фронтально, периодичность три раза в неделю, через день.

Для того, чтобы использовать упражнения в комплексе, мы опирались на структуру агрессивного поведения, в которой выделяют несколько взаимосвязанных уровней:

- поведенческий (агрессивные жесты, высказывания, мимика, действия);

- аффективный (негативные эмоциональные состояния и чувства, например, гнев, злость, ярость);

- когнитивный (неадекватные представления, предубеждения, расовые и национальные установки, негативные ожидания);

- мотивационный (сознательные цели или бессознательные агрессивные стремления).

Поэтому, чтобы учитывать все компоненты структуры агрессивного поведения, мы использовали разные типы игровых упражнений.

1. Игровые упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев («Обзывалки», «Два барана», «Толкалки», «Жужа», «Рубка дров», «Да и нет», «Тух-тиби-дух», «Ворвись в круг»)

2. Игровые упражнения, направленные на поиск способа выхода из сложной ситуации («Головомяч», «Камушек в ботинке», «Давайте поздороваемся», «Король»,»Ласковые лапки» и другие)

3. Игровые упражнения для снятия излишнего мышечного напряжения («Прогулка на теплоходе», «Прогулка в горах», «Летнее поле», «Горы», «Летний дождь», «Подъем на гору», «Подводное путешествие»)

Из данных типов игровых упражнений мы составили комплексы, в которые входили 1 упражнение первого типа, 2 упражнения второго типа, 1 упражнение третьего типа, упражнения давались в указанной последовательности.

Для младших школьников с ЗПР характерны: импульсивность действий, недостаточная выраженность ориентировочного этапа, целенаправленности, низкая продуктивность деятельности. Отмечаются недостатки в мотивационно – целевой основе организации деятельности, несформированность способов самоконтроля, планирования.

Особенности проявляются в ведущей игровой деятельности, которая сформирована у них не полностью и характеризует бедность воображения и творчества, определенные монотонность и однообразие, преобладание компонента двигательной расторможенности. Само стремление к игре нередко выглядит скорее как способ ухода от затруднений в заданиях, чем первичная потребность: желание играть часто возникает именно в ситуациях необходимости целенаправленной интеллектуальной деятельности, приготовления уроков.

Шести – семи летние дети с ЗПР не проявляют интереса к играм по правилам, имеющим существенное значение в подготовке к учебной деятельности как ведущей для младшего школьного возраста. В целом такие дети предпочитают подвижные игры, свойственные более младшему возрасту.

Эмоциональный мир данной категории детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона, количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение.

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.

Дети с ЗПР и какой-либо степенью выраженности агрессивного поведения очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную им ссору на других.

**2.3 Определение эффективности формирующего этапа исследования**

Контрольный этап эксперимента проходил в период с 08.04. по15.04.2008 года.

Цель: определить эффективность подобранных и проведенных игровых упражнений в коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР.

На контрольном этапе эксперимента были проведены те же диагностические методики, что и на констатирующем этапе эксперимента, но вместо проективной методики «Несуществующее животное» использовали проективную методику «Кактус».

1. Анкетирование воспитателей «Критерии агрессивности у ребенка» (авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.Н.)

Цель: определить уровень агрессивности младших школьников. (Приложение 1).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

1 ребенок имеют высокий уровень агрессивности;

3 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

2 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего;

2 ребенка имеют низкий уровень агрессивности.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

12,5 % - высокий уровень агрессивности;

37,5 % - уровень агрессивности выше среднего;

25 % - уровень агрессивности ниже среднего;

25 % - низкий уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладает уровень агрессивности выше среднего.

1. Опросник «Узнай себя» (Подласый И.П.)

Цель: составить представление об агрессивных наклонностях учеников. (Приложение 2).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

1 ребенок имеет средний уровень агрессивности;

4 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего

3 ребенка имеют низкий уровень агрессивности;

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

12,5 % - средний уровень агрессивности;

50 % - уровень агрессивности ниже среднего;

37,5 % - низкий уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладает уровень агрессивности ниже среднего.

1. Наблюдение (схема наблюдения из пособия Платоновой Н.М.)

Цель: оценить степень развитости агрессивности у младших школьников. (Приложение 3).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

2 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

3 ребенка имеют средний уровень агрессивности;

3 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

25 % - уровень агрессивности выше среднего;

37,5 % - средний уровень агрессивности;

37,5 % - уровень агрессивности ниже среднего.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладают уровни агрессивности средний и ниже среднего.

1. Проективная методика «Кактус»

Цель: определение состояния эмоциональной сферы ребенка, наличие и направление агрессии, ее интенсивность и т.п. (Приложение 5).

После подсчета числа детей по каждому уровню агрессивности были получены следующие результаты:

2 ребенка имеют средний уровень агрессивности;

5 детей имеют уровень агрессивности ниже среднего;

1 ребенок имеют низкий уровень агрессивности.

Перевод в процентное соотношение проводилось по следующей формуле: n Ч100\ к, где к - количество детей в классе, n- количество учеников с уровнем агрессивности.

Получились следующие результаты:

25 % - средний уровень агрессивности;

62,5 % - уровень агрессивности ниже среднего;

12,5 % - низкий уровень агрессивности.

В результате проведения данной методики мы получили, что преобладает уровень агрессивнрсти ниже среднего. (Приложение 7)

**Вывод по эмпирической главе исследования**

Цель исследования заключалась в диагностике уровня агрессивности, разработке комплекса специальных упражнений для коррекции агрессивности и проверки уровня эффективности комплекса упражнений. В результате проведения всех методик на констатирующем этапе исследования мы получили такие результаты по каждому ученику.

3 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

3 ребенка имеет средний уровень агрессивности;

2 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего.

Таким образом, было выявлено, что преобладали такие уровени агрессивного поведения как: средний и выше среднего.

При проведении игровых упражнений на формирующем этапе исследования мы убедились, что в играх дети не только расходуют накопившуюся энергию и совершенствуют основные двигательные навыки, но и учатся, с одной стороны, самостоятельности, настойчивости, а с другой – умению владеть собой и считаться с партнерами, согласовывать свои действия с действиями других игроков.

После проведения всех методик на контрольном этапе исследования мы получили такие результаты:

2 ребенка имеют уровень агрессивности выше среднего;

3 ребенка имеют средний уровень агрессивности;

3 ребенка имеют уровень агрессивности ниже среднего.

Таким образом, было выявлено, что преобладали такие уровени агрессивностикак: средний и ниже среднего.

## Заключение

Агрессивное поведение – одна из частных проблем детского коллектива, те или иные формы ее характерны для большинства школьников. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе. Вот почему понятен научный интерес к этой проблеме.

Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ». Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т. п.).

Агрессивность – свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. (Психологический словарь)

Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия-это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводу, что проведение игровых упражнений с детьми с ЗПР весьма эффективный способ коррекции отклонений в развитии агрессивного поведения.

Все это привело нас к проведению педагогического эксперимента. Нами была выбрана база исследования, определены задачи и методы исследования, а также этапы эксперимента (констатирующий, формирующий и контрольный).

Цель эксперимента заключалась в диагностике уровня агрессивного поведения у младших школьников с ЗПР, разработке комплексов игровых упражнений по коррекции агрессивного поведения, проверке уровня эффективности комплексов игровых упражнений.

В результате проведенного нами исследования мы пришли к тому, что после проведения специально разработанных игровых упражнений уровень агрессивного поведения младшего школьника с ЗПР понизился.

Эффективность проведенного эксперимента мы подтвердили результатами исследования.

1 ученик, что составляет 12,5 %, опустился с уровня агрессивности выше среднего на средний уровень, а второй ребенок перешел со среднего уровня на уровень ниже среднего.

Таким образом, гипотеза, которую мы ставили в начале исследования, подтвердилась, но частично, из-за кратковременности проведения исследования, а также из-за особенностей детей.

**Список литературы**

1. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / Под ред. Н.М. Платоновой.-СПб.: Речь, 2006.-336 с.
2. Ануфриев А.Ф. Психодиагностика и коррекция детей с нарушениями и отклонениями в развитии - М.: Ось-89.- 2000.
3. Безруких М.М. Проблемные дети.- М.: УРАЛ.- 2000.
4. Бенилова С.Ю. Коррекция эмоционально – поведенческих расстройств у детей с нарушениями развития // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития.-2007.-№ 1.-с.68-72
5. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов.-СПб.: Речь, 2004. – 144 с.
6. Ватова Д. Как снять агрессивность детей // Дошкольное воспитание.-2003 г.- №8. – с.55-58.
7. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. - М.: Пед. об-во России.- 2000.
8. Гамезо М.В. и др. Старший дошкольник и младший школьник-психодиагностика и коррекция развития. - М.: Институт практической психологии Воронеж МОДЭК.- 1998.
9. Гонеев А.Д. Лифинцева Н.И. Основы коррекционной педагогики. - М.: Учеб.пособ.для студ.пед. вузов. - 1999.
10. Змановская Е.В. Девиантология / психология отклоняющегося поведения, с.82
11. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учебное пособие для студ. высш. учеб. Заведений.-М.: Издательский центр «Академия».-2004.-288 с.
12. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. - М.: Рос.пед. агентство.- 1997.
13. Колосова С.Л. Детская агрессия. - СПб.:ПИТЕР.-2004.-120с.
14. Коррекционная педагогика в начальном образовании / Под ред.Кумарина Г.Ф. - М.: Изд. Центр «Академия».- 2001.
15. Коррекционная педагогика: Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии: Учеб.пособие для студ. Сред. Пед. учеб. Заведений / Б.П.Пузанов.-М.: Издательский центр «Академия».-1999.-144 с.
16. Корсаков Н. Неуспевающие дети. - М.: Пед.об-во России.- 2001.
17. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей.- Екатеринбург: У- Фактория, 2004.-192 с.
18. Кудрявцева Л. Типология агрессия у детей и подростков // Народное образование.- 2005 г. - №9.-с.193-195.
19. Кузнецова Л.Н. Психолого-педагогическая коррекция детской агрессивности. // Начальная школа. – 1999 г.- №3.-с.24-26.
20. Кухранова И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением. // Воспитание школьников.- 2002.- №10.-с.31-32.
21. Лебедева Л.Д. Арт-терапия детской агрессивности. // Начальная школа.- 2001 г.- №2.-с.26-30.
22. Лоренц К. Агрессия. — М.:- 1994.
23. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.- 2004.
24. Матвеева О.А. Развивающая и коррекционная работа с детьми. - М.:Пед.Общество России.- 2000.
25. Немов Р.С. Психология III том. - М.: Владос.- 1999.
26. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: Пособие для психологов и педагогов.-М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003.-128 с.-(Специальная психология)
27. Обучение детей с нарушением интеллектуального развития: (Олигофренопедагогика): Учеб. Пособие для студ. высш. и сред. Пед. учеб. заведений // Б.П.Пузанов,-М.: Издательский центр «Академия».-2000.-272 с.
28. Осипова А.А. Общая психокоррекция. - М.: ТЦ Сфера.- 2000.
29. Подласый И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике. – М.: Владос.- 2002.
30. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М.: Владос 1996.
31. Рычкрва Н.А. Дезадаптивное поведение детей - М.: Изд-во Гном и Д.- 2000.
32. Слободянник Н.П. Формирование эмоционально – волевой регуляции у учащихся начальных школ: 60 конспектов занятий: Практическое пособие.-М.: 2004.-176 с.
33. Смирнова В. Как помочь ребенку осознать свое поведение // Дошкольное воспитание.-1999.-№ 5.-с.75-80
34. Смирнова Е. Агрессивные дети. // Дошкольное воспитание.- 2003 г.- №4.-с.62-67.
35. Станкин Н.И. Психологические игры // Специалист.-№ 9.-1994.-с.25-26
36. Степанова О.А. и др. Методика игры с коррекционно – развивающими технологиями: Учеб.пособие для студ. Сред. Пед. Учеб.заведений / О.А. Степанова, М.Э. Вайнер, Н.Я. Чутко; под ред. Г.Ф. Кумариной.-М.: Издательский центр «Академия».-2003.-272 с.
37. Строгонова Л. Агрессивный ребенок. Как с ним быть? // Воспитание школьников.-2007.-№ 5.-с.58-60
38. Ульенкова У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии. - М.: Академия.- 2002.
39. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. — М.- 1994.
40. Хозиев В.Б. Практикум по психологии формирования деятельности дошкольников и младших школьников.- М.: Академия.- 2002
41. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. - М.: Академия.- 2003.
42. Хухранова И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением. // Воспитание школьников.- 2002 г.- №10.-с.31-32.
43. Школы для умственно отсталых детей за рубежом / Под ред.Ж.И.Шиф.-М.:.-1966.
44. Ясперс К. Общая психопатология. — М.: 1997.

**Приложения**

Приложение 1

Анкета воспитателя «Критерии агрессивности у ребенка» (авторы Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.)

Цель: Определить уровень агрессивности ребенка

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл:

1.Временами кажется, что в него вселился злой дух;

2.Он не может промолчать, когда чем-то недоволен;

1. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же;
2. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться;
3. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит;
4. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение;
5. Он не прочь подразнить животных;
6. Переспорить его трудно;
7. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает;
8. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих;
9. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот;
10. Часто не по возрасту ворчлив;
11. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного;
12. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других;
13. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти

Виноватых;

1. Легко ссорится, вступает в драку;
2. Старается общаться с младшими и физически более слабыми;
3. У него нередки приступы мрачной раздражительности;
4. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится;

20.Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Путем подсчета суммы полученных баллов по каждому ребенку их результаты соотносятся с уровнями агрессивности:

16-20 баллов – высокий уровень агрессивности

12-15 баллов - уровень агрессивности выше среднего

8-11 баллов – средний уровень агрессивности

4-7 баллов - уровень агрессивности ниже среднего

0-3 баллов – низкий уровень агрессивности

Приложение 2

Опросник «Узнай себя» (автор И.П. Подласый)

Цель: составить представление об агрессивных наклонностях детей.

Детям предлагается тест, состоящий из 10 вопросов; за ответ «да» присваивается 1 балл, за отрицательный ответ – 0 баллов.

Говорят, что ты:

1. Нарушаешь школьные правила;
2. Любишь смеяться над другими;
3. Можешь ударить товарища;
4. Любишь драться;
5. Ругаешься плохими словами;
6. Не имеешь друзей;
7. Можешь сломать дерево;
8. Обзываешь детей;
9. Бъешь свою кошку, собаку;
10. Говоришь одно, а делаешь другое.

Путем подсчета суммы полученных баллов по каждому ребенку их результаты соотносятся с уровнями агрессивности:

0-2 балла – низкий уровень агрессивности;

3-4 балла – уровень агрессивности ниже среднего;

5-6 баллов - средний уровень агрессивности;

7-8 баллов – уровень агрессивности выше среднего;

9-10 баллов – высокий уровень агрессивности.

Приложение 3

Наблюдение «Ребенок глазами взрослого»

(схема наблюдения из пособия Платоновой Н.М.)

Ф.И.О. ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата заполнения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Заполнил: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подчеркните, насколько выражены ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка: 0-нет проявлений агрессивности, 1-проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2-часто, 3-почти всегда, 4-непрерывно.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Признаки проявления агрессивности у ребенка | Как проявляется агрессивность | Как часто наблюдается |
| Вегетативные признаки | Краснеет (бледнеет) в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Облизывает губы в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Внешние проявления | Кусает губы в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Сжимает кулаки в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Сжимает губы, кулаки, когда обижают | 0 1 2 3 4 |
| Тревожное напряжение разрешается гневом | 0 1 2 3 4 |
| Длительность агрессии | После агрессивной реакции не успокаивается в течение 15 мин. | 0 1 2 3 4 |
| После агрессивной реакции не успокаивается в течение 30 мин. | 0 1 2 3 4 |
| Чувствительность к помощи взрослого | Помощь взрослого не помогает ребенку овладеть собственной агрессией | 0 1 2 3 4 |
| Помощь взрослого не помогает ребенку успокоиться | 0 1 2 3 4 |
| Замечания в словесной форме не тормозят проявления вербальной агрессии | 0 1 2 3 4 |
| Замечания в словесной форме не тормозят проявления физической агрессии | 0 1 2 3 4 |
| Чувство неприязни к другим не корректируется извне | 0 1 2 3 4 |
| Особенности отношения к собственной агрессии | Ребенок говорит, что поступил «плохо», но все равно продолжает вести себя агрессивно | 0 1 2 3 4 |
| Ребенок не воспринимает собственные агрессивные действия как таковые | 0 1 2 3 4 |
| Особенности проявления гуманных чувств | Стремится делать назло | 0 1 2 3 4 |
| Безразличие к страданиям других | 0 1 2 3 4 |
| Стремление причинить другому страдание | 0 1 2 3 4 |
| У ребенка не возникает чувства вины после агрессивных действий | 0 1 2 3 4 |
| Реакция на новизну | Новизна (непривычность обстановки) не тормозит проявления агрессивности | 0 1 2 3 4 |
| В новой, незнакомой обстановке проявляет агрессивные реакции | 0 1 2 3 4 |
| Реакция на ограничение | При попытке удержать яростно сопротивляется | 0 1 2 3 4 |
| Реактивность (чувствительность к агрессии других) | Проявляет агрессивные реакции первым | 0 1 2 3 4 |
| Первым отнимает игровые предметы, игрушку у другого ребенка | 0 1 2 3 4 |
| Проявляет агрессивные реакции на действия других | 0 1 2 3 4 |
| Толкается когда обижают | 0 1 2 3 4 |
| Бьет других, если ребенка случайно толкнули | 0 1 2 3 4 |
| Чувствительность к присутствию других | Щиплется на глазах у всех | 0 1 2 3 4 |
| Толкает сверстника на глазах у всех | 0 1 2 3 4 |
| Ситуация совместной деятельности провоцирует агрессивное поведение ребенка | 0 1 2 3 4 |
| Физическая агрессия, направленная на предмет | Может сломать постройку на глазах у всех | 0 1 2 3 4 |
| Ребенок стремится разорвать игровую предметную карточку, книжку… | 0 1 2 3 4 |
| Ребенок может бросить предмет об стенку | 0 1 2 3 4 |
| Ребенок стремится бросить мяч в другого человека, чем это требуется по правилам игры | 0 1 2 3 4 |
| Отрывает руки, ноги кукле | 0 1 2 3 4 |
| Агрессия, направленная на сверстников | Толкает других детей в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Походя ударяет встречных | 0 1 2 3 4 |
| Бьет других детей в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Ударяет детей и внезапно успокаивается | 0 1 2 3 4 |
| Стремится ткнуть в глаза (пальцем, предметом) | 0 1 2 3 4 |
| Кусает других детей в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Агрессия невыраженной направленности | Агрессия (физическая, словесная, скрытная, в виде угроз), направленная на все окружающее (предметы, близких людей и пр.) | 0 1 2 3 4 |
| Агрессия, направленная на взрослого (в раннем и дошкольном детстве) | Бьет родителей по руке за то, что они не дают кидать игрушки | 0 1 2 3 4 |
| Бьет чужого взрослого по руке за то, что он не дает разбрасывать игрушки и т.п. | 0 1 2 3 4 |
| Тянет взрослого за волосы только при нарастании утомления или пресыщения | 0 1 2 3 4 |
| В состоянии пониженного настроения бьет чужого взрослого кулаком | 0 1 2 3 4 |
| В состоянии пониженного настроения бьет родителя кулаком | 0 1 2 3 4 |
| Царапает взрослого | 0 1 2 3 4 |
| Беспричинное недоброжелательное отношение к члену семьи | 0 1 2 3 4 |
| Бьет больно ногой бабушку | 0 1 2 3 4 |
| Вербальная агрессия | Говорит обидные слова детям | 0 1 2 3 4 |
| Говорит обидные слова взрослым | 0 1 2 3 4 |
| Говорит нецензурные слова детям | 0 1 2 3 4 |
| Говорит нецензурные слова взрослым | 0 1 2 3 4 |
| Агрессивность в виде угрозы | Замахивается, но не ударяет другого | 0 1 2 3 4 |
| Пугает другого | 0 1 2 3 4 |
| Агрессия, направленная на себя | Просит себя стукнуть еще раз | 0 1 2 3 4 |
| Берет на себя вину за других | 0 1 2 3 4 |
| Рвет на себе волосы | 0 1 2 3 4 |
| Щиплет себя в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Кусает себя в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |
| Агрессия, направленная на животных | Щиплет кошку | 0 1 2 3 4 |
| Выкручивает хвост кошке | 0 1 2 3 4 |
| Специально наступает на лапы собаке | 0 1 2 3 4 |
| Неупорядоченные проявления и дополнения | Плюется в состоянии раздражения | 0 1 2 3 4 |

По результатам данной анкеты, следует сложить полученные баллы.

Количество баллов: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

От 0 до 65 баллов – вероятнее всего, у ребенка нет опасности закрепления ситуационно-личностных реакций агрессии как патохарактерологических; ребенок самостоятельно овладевает собственной агрессивностью;

От 65 до130 баллов – есть опасность закрепления агрессивных реакций как патохарактерологических; ребенку требуется помощь в овладении собственным поведением;

От 130 до 195 баллов – ребенку требуется значительная психолого-педагогическая и медикаментозная помощь в овладении агрессивностью как расстройством поведения и эмоций;

От 195 до 260 баллов - психолого-педагогическая помощь взрослого почти не оказывает влияния на агрессивное поведение, требуется медикаментозная помощь ребенку.

Приложение 4

Проективная методика «Несуществующее животное» (автор Е.И. Рогов).

Цель: оценить степень развитости агрессивности у младших школьников.

Ребенку предлагается нарисовать на альбомном листе несуществующее животное и дать ему название, при этом не используя фломастеры и ручки.

Затем рисунки детей собираются и обрабатываются, за каждый показатель рисунку присваивается 1 балл:

1. Детали на голове (рога).

2. Рот с зубами, зубы четко нарисованы.

3. Острые углы.

4. Выпученные глаза.

5. Ноздри.

6. Сильные лапы.

7. Штриховка от себя.

8. Лапа, как боксерская перчатка.

9. Зубчатые неровные линии.

10. Ногти, иглы, щетина.

11. Оружие.

12. Линии с нажимом.

13. Длинные, большие пальцы без ладони.

14. Тематически угрожающее животное.

15. Угрожающее название рисунка.

После этого по каждому ребенку выявляется его уровень агрессивности:

0-3 балла – низкий уровень агрессивности;

4-6 балла - уровень агрессивности ниже среднего;

7-9 баллов – средний уровень агрессивности;

10-12 балла – уровень агрессивности выше среднего;

13-15 баллов – высокий уровень агрессивности.

Приложение 5

Проективная методика «Кактус» (автор М. Панфилова)

Форма проведения: индивидуальная, групповая

Время проведения теста: 10-15 минут

Цель методики – определение состояния эмоциональной сферы ребенка, наличие и направление агрессии, ее интенсивность и т.п.

Стимульный материал: лист белой бумаги размера А4, цветные карандаши.

Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус – такой, какой себе представляешь» вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Затем рисунки детей собираются и обрабатываются, за каждый показатель рисунку присваивается 1 балл:

1. Агрессия – наличие иголок. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга иголки показывают высокую степень агрессивности;
2. Импульсивность – отрывистость линий, сильный нажим;
3. Эгоцентризм – крупный рисунок;
4. Неуверенность в себе – маленький рисунок;
5. зависимость – расположенный внизу листа;
6. Стремление к лидерству – центр листа;
7. Демонстративность – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм;
8. Cкpытнocть, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса;
9. Оптимизм – использование ярких цветов, «радостные» кактусы;
10. Тревога – использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки прерывистыми линиями;
11. Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов;
12. Интравертированность – на рисунке изображен один кактус;
13. Наличие чувства одиночества – дикорастущее, «пустынные кактусы»;
14. Стремление к домашней защите, наличие чувства семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение комнатного растения;
15. Женственность – наличие украшений, мягких линий и форм.

После этого по каждому ребенку выявляется его уровень агрессивности:

0-3 балла – низкий уровень агрессивности;

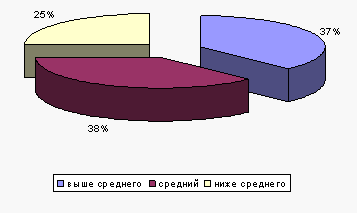
4-6 балла - уровень агрессивности ниже среднего;

7-9 баллов – средний уровень агрессивности;

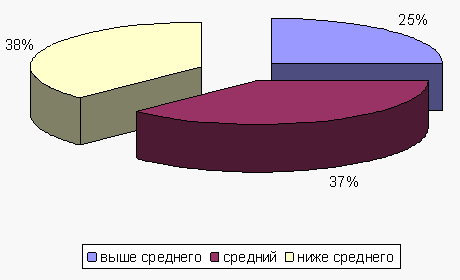
10-12 балла – уровень агрессивности выше среднего;

13-15 баллов – высокий уровень агрессивности.

Приложение 6



Приложение 7



Приложение 8

**Комплекс 1**

Игра «Обзывалки» (Н.Л. Кряжева)

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

«Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривайте условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: « А ты…морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты…солнышко!»

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Проводится ее в быстром темпе.

«Попроси игрушку»- вербальный вариант Е.В. Карпова, Е.К. Лютова

Цель: обучить детей эффективным способам общения

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берет в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т.д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: «Ты держишь в руках игрушку(тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

«Попроси игрушку»- невербальный вариант Е.В. Карпова, Е.К. Лютова

Цель:обучить детей эффективным способам общения.

Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и. д.).

После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. Дети по кругу могут поделиться своими впечатлениями и ответить на вопросы: «Когда было легче просить игрушку (или другой предмет)?», «Когда тебе действительно хотелось ее отдать? Какие нужно было произносить слова?» Эту игру можно повторять.

«Прогулка на теплоходе» (Н.А. Богданова)

Инструкция: сядь удобно, выпрямись, чтобы шея, голова и позвоночник являли собой одну прямую линию, не горбись, но и не напрягайся. Поставь ступни ног плотно на пол, кисти рук положи на колени так, как тебе удобно. Ни руки, ни ноги не должны соприкасаться. Если ты можешь закрыть глаза – закрой, если нет, посиди с открытыми глазами.

Сейчас нужно будет сосредоточиться на своем дыхании. Медленно сделайте глубокий вдох и выдох, давайте попробуем еще раз. Открой глаза, как ты себя чувствуешь? Что ты ощущаешь во время выполнения дыхательного упражнения? Какое сейчас настроение?

Снова закрой глаза и представь, что ты находишься на борту красивого современного белого теплохода. На борту этого лайнера тебе предстоит путешествие по самому сказочному, теплому, бескрайнему и безопасному морю на Земле. Ты поднимаешься по трапу и с каждым шагом чувствуешь, как приближается приятное, таинственное и долгожданное путешествие. Ты ходишь по кораблю, поднимаешься на самую верхнюю палубу.

Ты чувствуешь, как теплый морской ветерок обдувает плечи и лицо. Ты вдыхаешь солоноватый запах моря. Солнце своими теплыми лучами окутывает твое тело. Этой энергией солнца наполняется каждая клеточка твоего тела. Уходит напряжение и скованность. Движения становятся медленными, ленивыми. Ты подходишь к борту теплохода, смотришь, как медленно удаляется берег, он становится все меньше и меньше. Вместе с ним остались твои невзгоды, плохое настроение, однообразие, усталость.

Ты поворачиваешь голову в сторону моря и понимаешь, что сейчас тебя ничего не беспокоит. С каждым вдохом тебе становится легче, душа наполняется чувством радости и беззаботности.

Приложение 9

**Комплекс 2**

Игра « Два барана» (Н.Л. Кряжева)

Цель: снять вербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение направить энергию детей в нужное русло.

Мы разбивали детей на пары и читали текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки « Бе - е - е».

Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

«Прогулка с компасом» Е.В. Коротаева

Цель: формировать у детей чувства доверия к окружающим.

Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «турист» не может общаться с «компасом» на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий-других туристов с компасами.

После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

Игра «Доброе животное» (Н.Л. Кряжева)

Цель:способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим таинственным голосом говорил: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы - одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе ! на вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох – два шага назад. Вдох – два шага вперед. Выдох- два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад т т.д. мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

«Прогулка в горах» (Д.Г. Михайлова)

Представь, что ты стоишь у каменистого подножья высокой горы, в тени ее склона. Вокруг – только редкая поросль невысоких деревьев со скудными кронами.

Узкая тропинка, усыпанная мелкими камнями, ведет далеко вверх. Проходя по этой дорожке, ты замечаешь множество маленьких, но очень душистых цветов. И ты вдыхаешь приятный сладковатый аромат горных фиалок, терпкий, тягучий запах лаванды. Солнечные лучи касаются цветов теплом нежных лепестков и играют бликами различных оттенков: от голубого до сиреневого – синего. Они приносят расслабление и успокоение.

По мере того как ты поднимаешься, легкий ветерок обдувает твое лицо. Ты полной грудью вдыхаешь приятный целебный горный воздух. С каждым шагом чувство радости от предвкушения чего-то нового, желанного наполняет тебя. Походка становится легкой, летящей. Такое впечетление, что твои ноги едва касаются земли.

И вот, последний шаг, и ты оказываешся на самой вершине горы, тебя освещает яркий, безбрежный свет. Ты ощущаешь полное доверие к этому месту. Яркий свет обнимает тебя, и ты ощущаешь его необыкновенную силу.

Огромное чувство любви, радости и безопасности охватывает и переполняет тебя. Ты сливаешься с этим светом. Теперь ты сам свет: яркий, излучающий жизненную энергию.

Приложение 10

**Комплекс 3**

Игра «Тух - тиби - дух» (К. Фопель)

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

«Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное слово заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по – настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито - пресердито произнесите волшебное слово: «Тух - тиби -дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время то времени останавливайтесь перед кем – либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

В этой игре заложен комический парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух - тиби - дух»сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

«Я вижу…» (Е.В. Карпова, Е.К. Лютова)

Цель:установить доверительные отношениямежду взрослым иребенком, развивать память и внимание малыша.

«Участники, сидя в кругу, по очереди называют предметы, которые находятся в комнате, начиная каждое высказывание словами «Я вижу…»

Повторять один и тот же предмет дважды нельзя.

«Ласковые лапки» И.В. Шевцова

Цель: снять мышечное напряжение рук, помочь снизить агрессивность ребёнка, развить чувственное восприятие, способствовать гармонизации отношений между ребёнком и взрослым.

«Летнее поле» (Е.В. Грошева)

Представь себе, что ты идешь по летнему, залитому солнцем, полю. Поле усыпано цветами, словно мягкий разноцветный ковер.

Ты чувствуешь теплый воздух. Легкий ветерок приятно овевает твое лицо. Ты вдыхаешь легкий аромат цветов, слышишь как поют птицы. Посмотри, какие красочные цветы вокруг: красные, голубые, желтые – они радуют твой взгляд.

Ощути, как с каждым вздохом тебе становится легко. Ты чувствуешь, как прозрачная энергия цветов заполняет тебя.

С этим ощущением ты легко и свободно взлетаешь над полем. Ощути, как легко и свободно ты летишь. Почувствуй, как твои мысли становятся спокойными и безмятежными, спокойствие полностью охватывает тебя.

Теперь ты опускаешься ближе к цветам. Протягиваешь к ним руки. Чувствуешь какие цветы мягкие и нежные. Ты опускаешься и снова стоишь на поле.

Глубоко вдохнув, ты чувствуешь, как легкая энергия заполнила каждую клеточку твоего тела.

Оглянись вокруг еще раз, запомни все, что видишь и ощущаешь.

Картинка медленно растворяется, после исчезает, и ты медленно и спокойно открываешь глаза.

Приложение 11

**Комплекс 4**

«Толкалки» К. Фопель

Цель: научить детей контролировать свои движения.

Говорилось следующее: «Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По сигналу ведущего начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: «Стоп».

Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине.

«Зайчики» Г.Л. Бардиер.

Цель: **д**ать ребёнку возможность испытать разнообразные мышечные ощущения, научить задерживать внимание на этих ощущениях, различать и сравнивать их.

Взрослый просил детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий – силу, темп, резкость – и направляет внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений.

Например, ведущий говорит: «Как сильно зайчики стучат на барабанах! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся!

Как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, ручках, даже в плечиках?! А вот лицо нет! Лицо улыбается, свободное, расслабленное. И животик расслаблен. Дышит.… А кулачки напряженно стучат!…А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить все ощущения».

Кроме упражнения «Зайчики» рекомендуется проводить упражнения на релаксацию мышц, которые подробно описаны в разделы «Как играть с тревожными детьми».

«Головомяч» К. Фопель

Цель:развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу.

Говорилось следующее: «Разбейтесь на пары и ложиться на пол друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой партнера. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате».

Для детей 4-5 лет правила упрощаются: например, в исходном положении можно не лежать, а сидеть на корточках или стоять на коленях.

«Горы» (Д.В. Ильина)

Теплый солнечный летний день. Ты сидишь на горной лужайке, покрытой зеленой мягкой травой. Твоя спина опирается на нагретый солнцем камень. Вокруг тебя возвышаются величественные горы. В воздухе пахнет согретой солнцем травой, доносится легкий запах цветов и нагретых за день скал. Легкий ветерок ерошит твои волосы, нежно касается лица.

Ты оглядываешься вокруг.со своего места ты видишь горный хребет, простирающийся вдаль, за горизонт. Солнечный луч плавно скользит вдоль склонов. Далеко впереди, почти за пределами слышимости, с каменного уступа медленно падает вода горного потока. Вокруг стоит удивительная тишина: ты слышишь лишь далекий, чуть слышный шум воды, жужжание пчелы над цветком, где-то поет одинокая птица, ветер легко шелестит травой. Ты чувствуешь, каким спокойствием и безмятежностью дышит это место. Уходят заботы и тревоги, напряжение. Приятный покой охватывает тебя.

Ты поднимаешь глаза и видишь над собой небо, такое ясное, синее, бездонное, какое может быть только в горах. В синей вышине парит орел. Почти не шевеля могучими крыльями, он словно плывет в безграничной синеве. Ты смотришь на него и случайно ловишь его взгляд. И вот уже ты – орел, и твое тело легко и невесомо. Ты паришь в небе, оглядывая землю с высоты полета, запоминаешь каждую подробность.

Приложение 12

**Комплекс 5**

«Жужа» Н.Л. Кряжева

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей».

Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

«Аэробус» К. Фопель

Цель: научить детей согласованно действовать в небольшой группе, показать, что доброжелательное взаимное отношение товарищей по «команде» даёт уверенность и спокойствие.

«Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Можете ли вы объяснить, что держит самолет в воздухе? Знаете ли вы, какие бывают типы самолетов? Хочет ли кто-нибудь из вас стать Маленьким Аэробусом? Остальные ребята будут помогать Аэробусу летать «летать». Один из детей 9по желанию) ложится животом вниз на и разводит руки в стороны, как крылья самолета. С каждой стороны от него встает по три человека. Пусть они присядут и просунут руки под его ноги живот и грудь. На счет «три» они одновременно встают и поднимают Аэробус с поля…

Так, теперь можно потихонечку поносить Аэробус по помещению. Когда он почувствует себя совершенно уверенно, пусть закроет глаза, расслабится, совершит «полет» по кругу и снова медленно «приземлится» на ковер.

Ковер Аэробус «летит», ведущий может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Вы можете попросить Аэробус самостоятельно выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, можно «запускать» два Аэробуса одновременно.

«Камушек в ботинке» К. Фопель

Цель: способствовать снижению эмоционального напряжения ребенка.

В эту игру полезно играть, когда кто-то из детей обижен и сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт группы. Каждый участник имеет возможность вербализовать, то есть выразить словами, свое состояние, и сообщить о нем окружающим. Это способствует снижению его эмоционального напряжения. Если зачинщиков назревающего конфликта несколько, они смогут услышать о чувствах и переживаниях друг друга, что, возможно, позволит сгладить ситуацию.

Игра проходит в два этапа:

1 этап (Подготовительный). Дети сидят в кругу. Педагог спрашивает «Ребята, случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» обычно дети активно отвечают на вопрос. «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя, домой, просто снимали ботинки?».

2 этап: Педагог говорит: «Когда мы сердимся, чем–то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Давайте договоримся: если кто-то из нас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом.

Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков». Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке».

«Летний дождь» (А.Г. Бреслав)

Представь, что ты стоишь на опушке леса. Перед тобой раскрывается великолепный вид на летний лес, залитые солнцем луга.

Воздух раскален от солнца и наэлектролизован. Нет ни малейшего ветерка. Душно. Все замерло в ожидании дождя. Ты чувствуешь как подул слабый ветерок. Вот он становится все сильнее и сильнее. Солнце закрыла череда грозовых туч.

Почувствуй порывы пронизывающего ветра. Ощути, как ветер уносит все ненужное: беспокойство, разочарование, тревогу. Сроднись с ветром. Почувствуй его силу и энергию. Теперь это твоя сила и энергия.

Вот хлынул теплый летний ливень. Его прозрачные струи омывают тебя, принося с собой чистоту и ясность, наполняя тебя новой жизнью, новыми идеями.

Ты видишь как дождь стихает. Небо очищается. Ты видишь, как вновь светит солнце, и чувствуешь себя обновленным, бодрым и уверенным.

Приложение 13

**Комплекс 6**

«Рубка дров» К. Фопель

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» её во время игры.

Говорилось 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 оставалось 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.

«Сороконожка» (Г.Б. Монина).

Цель:научить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива.

Несколько детей (5-10 человек) встают друг за другом, держась за талию впередистоящего. По команде ведущего Сороконожка начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями, (это могут быть стулья, строительные блоки и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих - не разорвать единую цепь.

«Дракон» Н.Л. Кряжева

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник – «голова», последний – «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Подъем на гору» (А.Г. Бреслав)

Ты видишь себя в долине. Неподалеку от тебя высится большая гора, и ее вид вызывает у тебя чувство приподнятости… Ты чувствуешь, что тебе необходимо подняться на эту гору…

Ты подходишь к началу крутой тропы, ведущей вверх, и начинаешь медленно подниматься по ней…

Ты идешь медленно и впитываешь все, что видят глаза: склон, камни, деревья, кустарники…

Постепенно ты начинаешь ощущать, как накапливается усталость в мышцах тела, особенно в мышцах ног, но по-прежнему продолжаешь подниматься…

Тропа заканчивается, и перед тобой только вершина и каменный склон, по которому можно добраться до нее… Ты продолжаешь подниматься, карабкаясь по камням. Склон становится все круче и круче, и тебе постоянно приходится помогать себе руками…

Ты продолжаешь подниматься, воздух становится более прохладным и разряженным… Ты поднялся уже очень высоко, до уровня облаков… Они уже окружили тебя, и ты не видишь ничего, кроме обволакивающей белой дымки…

Путь все труднее, ты медленно и осторожно поднимаешься, хватаясь руками за камни… Дыхание становится более частым…

Облака рассеиваются ты поднялся уже очень высоко, воздух становится еще холоднее… Однако ты чувствуешь себя хорошо…

Ты поднялсяна вершину, тебя охватывает чувство радости и необычайного подъема. Ты осматриваешься вокруг, смотришь вниз и видишь долину, из которой начинал свой путь… Тебя охватывает чувство радости и гордости, ощущение удачно пройденного пути и удовлетворение от того, что ты достиг намеченной цели. Запомни эти ощущения…

Теперь медленно и спокойно спускайся. Спуск проходит быстро и гладко, и вот уже ты стоишь внизу, по-прежнему сохраняя чувство радости от достижения цели и ощущение победы над собой и обстоятельствами. Запомни эти чувства.

Приложение 14

**Комплекс 7**

«Маленькое привидение» Е.К. Лютова, Г.Б. Монина.

Цель:научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение, (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко.

Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили – и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

«Подводное путешествие»

Вода теплая, прозрачная и немного зеленоватая…

Каждый камень на дне отчетливо виден… Видны россыпи разнообразных раковин. Солнечные лучи, проникая сквозь воду, ярко освещают дно…

Подводные камни устланы зеленым ковром водорослей… Рыбы кажутся светло – зелеными с темными пятнами и полосками. Они непрерывно снуют туда и обратно как рой пестрых бабочек.

Кое – где на дне песок сменяется обломками гранита…

Приложение 15

**Комплекс 8**

«Бумажные мячики» К. Фопель

Цель:дать детям возможность вернуть бодрость и активность после того, как они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.

Перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой листбумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик.

«Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждый из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!».

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на ее стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию».

Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно.