

# 3 игры, которые способствуют снижению уровня агрессии у детей

## Игра «Злой – не злой»

### Цель игры:

- Развивать умение конструктивного ведения спора, решать конфликтные ситуации.

### Правила игры:

Предложите детям разделиться на 2 команды: адвокаты и прокуроры.

Адвокаты защищают, прокуроры – обвиняют.

Ведущий называет злодея из сказки, а команда прокуроров обвиняет его, называя плохие поступки. Затем команда адвокатов защищает героя.

### Например:

Прокуроры: Баба Яга – злая, хитрая, заманивала детей и других героев, хотела съесть, помогала Кощею в коварных замыслах.

Адвокаты: одинокая старушка, не знала, как завести друзей, на самом деле никого не съела, нуждалась в любви и внимании.

Варианты «злодеев»: старуха из сказки о рыбаке и рыбки, Шерхан из «Маугли».

(Можно предложить современных персонажей или дать ребятам возможность выбрать злодея самим)



## Подвижная игра «Тапочки и шапочки»

### Цель игры:

- Развивать умение решать конфликтные ситуации; снимать излишнее эмоциональное и мышечное напряжение.

### Правила игры:

В круг ставятся стулья (столько, сколько участников), без стула только ведущий. Ведущий проходит по кругу и называет каждого ребенка «тапочек» или «шапочка», затем громко говорит: «Тапочки (шапочки) поменяйтесь местами» («шапочки» или «тапочки» меняются, а в этот момент ведущий занимает чей-то свободный стул).

Ведущий также может крикнуть «шкаф», тогда все участники должны поменяться местами. В любом случае тот, кто остался без стула становится ведущим.



## Арт-терапевтическое упражнение «Ужасно-прекрасный рисунок»

### Цель игры:

- Снижение эмоционального напряжения.

### Правила игры:

Участники садятся в круг. Каждому дается по листу бумаги и по одному фломастеру.

#### Вариант 1:

- Дети рисуют «ужасный» рисунок, затем передают его соседу справа, он пытается превратить его в «прекрасный». И так, пока к каждому не вернется его личный шедевр. Время превращений ограничено – 1-2 минуты.

#### Вариант 2:

- Первый участник создает «прекрасный» рисунок и передает его соседу справа. Тот в течение 30 секунд превращает «прекрасный» рисунок в «ужасный» и передает следующему человеку, который снова делает рисунок «прекрасным». Так лист проходит весь круг, желательно, чтобы каждый участник побывал в роли прекрасного и ужасного художника.

### Обратная связь:

- Как вы чувствовали себя в роли «прекрасного» и «ужасного» художника?
- Что вы чувствовали, когда ваш рисунок делали «прекрасным» и «ужасным»?
- Довольны ли вы тем, что получили в итоге? Почему?



Главное предназначение моей «Школы Эмоций»:

**Развитие эмоционального интеллекта  
и коммуникативных навыков детей от 4 до 16 лет**

Посмотрите, как проходят наши  
встречи с ребятами  
в нашей группе ВКонтакте



Нажмите, чтобы перейти в группу

