



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «ЦРР-детский сад №15 «Незабудка»

**Консультация с родителями детей средней группы
на тему: «Избавляемся от агрессии с помощью игр»
Воспитатель: Агамирзоева Т.В.**

г.Каспийск-2022г.

Агрессивное поведение у детей - довольно частая проблема, с которой сталкиваются родители. Важно понимать, что агрессия - это не просто каприз, а сигнал о том, что ребенок испытывает трудности в регуляции своих эмоций и поведения.

Цель:

Помочь вам понять, как можно справиться с проявлениями агрессии у детей средней группы с помощью игр.

Причины агрессии у детей:

- Неумение выражать свои чувства и эмоции.
- Недостаток внимания и любви от родителей.
- Негативный пример поведения взрослых.
- Стресс и переутомление.
- Склонность к импульсивному поведению.

Игры, помогающие снизить агрессию у детей:

1. Игры на релаксацию и снятие напряжения:

- "Морской берег": Дети лежат на полу, закрывают глаза и представляют себя на морском берегу, слушая шум волн (можно использовать аудиозапись).
- "Волшебный пузырь": Дети представляют себя внутри большого мыльного пузыря, который плавно парит в воздухе. Ведущий говорит: "Пузырь наполняется теплотой, светом, радостью". Дети вдыхают эту энергию.
- "Дыхательные упражнения": "Подуйте на пушинку (мыльный пузырь, свечу, шарик)" - упражнения помогают успокоиться и сосредоточиться.

2. Игры на развитие эмпатии:

- "Передай чувство": Дети становятся в круг, ведущий показывает картинку с изображением чувства (радость, грусть, страх, злость) и просит передать его соседу с помощью жестов и мимики.

- "Расскажи историю": Дети рассказывают истории от лица героев, испытывающих разные чувства. Например, "Как заяц испугался волка", "Как медвежонок рассердился на маму".
- "Помоги другу": Дети играют в ролевые игры, где они помогают другу, который испытывает трудности (заболел, потерял игрушку, поссорился с другом).

3. Игры на управление гневом:

- "Гневный шарик": Дети лепят из пластилина шарик и называют его "Гневом". Затем они бросают шарик в специальную коробку (например, в коробку из-под обуви) и кричат: "Уходи, гнев!"
- "Сильный как лев": Дети изображают льва, который сильный и мощный, но добрый и не злой.
- "Кулачки": Дети сжимают кулачки и напрягают все мышцы. Затем они медленно расслабляют кулачки и вдыхают глубоко.

4. Игры на развитие самоконтроля:

- "Стоп": Ведущий говорит: "Если ты хочешь кричать, стучать ногами, бросать игрушки, скажи "Стоп!"".
- "Я могу управлять собой": Дети учатся осознавать свои чувства и говорить о них взрослым.
- "Веселая сказка": Дети придумывают сказку, в которой герой учится управлять своими эмоциями.

Рекомендации родителям:

- Будьте терпеливы и понимающими. Не наказывайте ребенка за проявление агрессии, а попытайтесь узнать причину его поведения.
- Разговаривайте с ребенком о его чувствах. Помогите ему научиться выражать свои эмоции словами.
- Создайте домашнюю атмосферу любви и безопасности.
- Играйте с ребенком в игры, помогающие снизить агрессию и развить самоконтроль.
- Показывайте ребенку пример спокойного и контролируемого поведения.

Помните, что агрессия - это не приговор. С помощью игр и правильного подхода вы можете помочь ребенку научиться управлять своими эмоциями и преодолеть агрессивное поведение.