# Коррекционная программа, направленная на снижение агрессивности детей с ЗПР в период подросткового возраста.

**Лепорский Тимур Александрович,**
бакалавр кафедры Специальной психологии
ТГПУ им. Л.Н. Толстого, Россия, г. Тула
E-mail: Dex007@bk.ru

Научный руководитель: **Васина Юлия Михайловна,**
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры специальной психологии
ТГПУ им. Л.Н. Толстого, Россия, г. Тула

Данная коррекционная программа рассчитана на детей в возрасте от 9 до 12 лет с ЗПР.

*Цель программы:* снижение агрессивности детей с ЗПР в период подросткового возраста.

*Основные задачи:*

1. Дать детям возможность осознать неконструктивность своего агрессивного поведения.

2. Научить детей понимать переживания, состояния и интересы других людей.

3. Выработать у детей умение грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.

4. Сформировать навыки конструктивного разрешения межличностных конфликтов.

*Структура программы:* программа включает в себя 12 занятий. Продолжительность занятия — 20-25 минут. Предположительная частота проведения — 3 раза в неделю. Программа рассчитана на 1 месяц работы.

*Форма занятий:* групповая.

*Тематический план коррекционных занятий по снижению агрессивности детей с ЗПР в период подросткового возраста*

| *Занятие 1* | |
|---|---|
| *Тема* | Давайте знакомиться! |
| *Цель* | Создание положительной мотивации, заинтересованности детей в занятиях, атмосферы защищенности и взаимного доверия в группе. |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Сообщение о цели занятия (1-2 мин.). 2. Введение правил группового взаимодействия (5 мин.). 3. Игра «Знакомство» (2-3 мин.). 4. Этюд «Слушаем себя» (7-10 мин.). 5. Упражнение «Не нравится — Нравится» (5 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: чистые листы бумаги, «дневнички» детей, ручки, цветные карандаши, мел, доска или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. |
| *Занятие 2* | |
| *Тема* | Какие мы? |

| | |
|---|---|
| *Цель* | Диагностика характера взаимоотношений и статуса каждого ребенка в группе, особенностей эмоциональной сферы детей. |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Ролевое проигрывание ситуации «Дай мне книгу!» (5 мин.) 2. Упражнение «С кем я дружу, а с кем нет» (5-7 мин.). 3. Ролевое проигрывание ситуации «Шляпа» (7-10 мин.). 4. Упражнение «Возьми себя в руки» (1 мин.). 5. Упражнение «Сбрось усталость» (2 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: дневнички, ручки, цветные карандаши, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. |
| *Занятие 3* | |
| *Тема* | Справляемся с обидой. |
| *Цель* | Формирование конструктивных навыков эмоционального реагирования в конфликтной ситуации. |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Ролевое проигрывание ситуации «Меня обидели» (10-12 мин.). 2. Беседа после проигрывания ситуаций (5-7 мин.). 3. Упражнение «Посчитай до десяти» (3 мин.). 4. Упражнение «Воздушный шарик» (2 мин.). 5. Этюд «Улыбка по кругу» (1 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: дневнички детей, ручки, цветные карандаши. Домашнее задание: при случае использовать прием «посчитай до десяти». |
| *Занятие 4* | |
| *Тема* | Как обойтись без драк. |
| *Цель* | Формирование у детей сочувствия к окружающим людям и конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Упражнение «Боксерская груша» (10-12 мин.). 2. Упражнение «Кулачки» (5 мин.). 3. Беседа «Почему мы деремся?» (5 мин.) 4. Этюд «Слушаем себя» (2 мин.). 5. Этюд «Улыбка по кругу» (1 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: подушки, мягкие съемные спинки кресел, скатанный валиком матрац, дневнички детей, ручки, цветные карандаши, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. |
| *Занятие 5* | |
| *Тема* | Учимся говорить «Нет». |
| *Цель* | Формирование сдержанности и умения вежливо отказать. |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Этюд «Разговор через стекло» (6 мин.). 2. Игра "Да"—диалог, "Нет"—диалог" (4 мин.). 3. Беседа «Как мы говорим „Нет“» (2 мин.). 4. Упражнение «Вежливый отказ» (6-8 мин.). 5. Подвижная игра «Зеркало» (2 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: дневнички детей, ручки, цветные карандаши, плакат с «формулой» отказа, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. |
| *Занятие 6* | |
| *Тема* | Сделай доброе дело! |
| *Цель* | Формирование навыков адекватного реагирования в конфликтной ситуации. |

| | |
|---|---|
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Подвижная игра «Рано-рано два барана...» (5 мин.) 2. Беседа «Два барана» (2 мин.). 3. Упражнение «Самое лучшее» (5-7 мин.). 4. Беседа «Мои добрые дела» (7-10 мин.). 5. Этюд «Слушаем себя» (2 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: дневнички детей, ручки, цветные карандаши, мел, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. Домашнее задание: сделать доброе дело для кого-нибудь и рассказать об этом на следующем занятии; изобразить на бумаге свои добрые дела и принести рисунки на последнее занятие. |
| *Занятие 7* | |
| *Тема* | Ты хороший или плохой? |
| *Цель* | Коррекция самооценки, формирование адекватного «образа-Я». |
| *Упражнения и их продолжительность* | 1. Игра «Положительный герой» (3 мин.). 2. Игра «Прокуроры и адвокаты» (10 мин.). 3. Беседа «Наши недостатки» (5 мин.). 4. Упражнение «Черепаха» (2 мин.). 5. Этюд «Слушаем себя» (2 мин.). |
| *Примечания* | Оборудование: дневнички детей, ручки, цветные карандаши, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека. |