**Игры для снятия агрессии у детей**

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.  
   Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

**«ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ»**

(для детей с 4 лет)  
Каждому участнику даётся «пыльная подушка». Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её «почистить».

**«ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ»**  
  
(для детей с 4 лет)  
Вместо мяча – подушка(специальная ,не предназначенная для сна). Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.  
*Примечание*: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

**«ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС “МОЖНО”**

(для детей с 4 лет)  
Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час „можно“, когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.  
*Примечание*: „часы“ можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

**»ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"**

(для детей с 5 лет)  
Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:  
«А-а-а», «Ура!» и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.  
*Примечание*:  
· Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.  
· После каждого штурма «болельщики» издают громкие крики одобрения и восхищения: «Молодец!», «Здорово!», «Победа!» и т.д.

**«ШТУРМ КРЕПОСТИ»**

(для детей с 5 лет)  
Из попавшихся «под руку» небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда,и т.д. – всё собирается в одну большую кучу). У играющих есть «пушечное ядро» (мяч). По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча – «крепость» – не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издают громкие победные кличи.

**«РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ»**  
  
(для детей с 5 лет)  
Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а … овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска», «Ты – морковка», «А та – тыква» и т.д.  
*Примечание*: Прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.

**«ПО КОЧКАМ»**

(для детей с 5 лет)  
Коврики,платки (кочки) раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие – «лягушки», живущие на болоте. Вместе на одной «кочке» капризным «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на кочки соседей и квакают: «Ква-ква, подвинься!» Если двум «лягушкам» тесно на одной кочке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в «болото» соседку, и та ищет себе новую «кочку».  
*Примечание*: взрослый тоже прыгает по «кочкам». Если между «лягушками» дело доходит до серьёзного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

**«ЖУЖА»**  
  
(для детей с 6 лет)  
«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. «Жужа» терпит, но когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за «обидчиками» вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.  
*Примечание*: взрослый следит за формой выражения «дразнилок». Они не должны быть обидными и болезненными.