

РЕФЕРАТ

Диссертационная работа изложена на 95 страницах, включает 11 таблиц, 8 рисунков, 2 приложения. Библиографический список содержит 54 наименования.

Агрессия заложена в животных и в человеке природой. Агрессивное поведение – это способ реагирования на внешнюю угрозу. Агрессия необходима для самозащиты, для обеспечения выживания вида. Проблема возникает тогда, когда агрессивные проявления никак не связаны с угрозой, когда они становятся постоянным и неизменным способом реагирования. Агрессия не возникает как отдельно взятое явление, она лишь тем или иным способом проявляется во внешнем мире. И проблема, как правило, заключается не в наличии этого явления как такового, а в особенностях его проявления. За каждым агрессивным проявлением стоит какой-то побуждающий мотив, и важно его понять для того чтобы подобрать оптимальные способы коррекции.

Целью исследования является – снижение агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Достижение поставленной цели осуществляется через постановку и решение следующих исследовательских задач:

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Подобрать методики исследования агрессивности детей.
3. Провести диагностику агрессивности у детей 6–7 лет из неполных семей.
4. Разработать комплекс силовых упражнений, способствующий снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей, оценить его эффективность.
5. Обработать и проанализировать результаты исследования.

Объект исследования агрессивность детей 6–7 лет из неполных семей.

Предметом исследования снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

В работе применялись следующие **методы и методики**:

1. Теоретические - анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы: опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки), анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Моница), проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).
3. Метод математической статистики: U–критерий Манна–Уитни.

Научная новизна исследования: выявлено, что коррекционно-развивающая программа по снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений эффективна.

Практическая значимость исследования: разработана и апробирована коррекционно-развивающая программа по снижению агрессии детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений. Данная программа может применяться педагогами общеобразовательных учреждений.

Нами были получены следующие результаты: дети 6–7 лет из неполных семей имеют более высокий уровень агрессии.

Апробация результатов: внедрение программы по снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

ABSTRACT

Dissertation work is stated on 95 pages, includes 11 tables, 8 drawings, 2 applications. The bibliography contains 54 names.

Aggression is put in animals and in the person by the nature. The aggressive behavior is a way of response to external threat. Aggression is necessary for self-defense, for ensuring survival of a look. The problem arises when aggressive manifestations aren't connected in any way with threat when they become a constant and invariable way of reaction. Aggression doesn't arise as separately taken phenomenon, it is only one way or another shown in the outside world. And the problem, as a rule, consists not available this phenomenon per se, and in features of his manifestation. Behind each aggressive manifestation there is some inducing motive, and it is important to understand him to pick up optimum ways of correction.

Research objective is – decrease in aggression of children of 6-7 years from incomplete families by means of power exercises.

Achievement of a goal is carried out through statement and the solution of the following research tasks:

1. To carry out the theoretical analysis of psychology and pedagogical literature on a research subject.
2. To pick up techniques of a research of aggression of children.
3. To carry out diagnostics of aggression at children of 6-7 years from incomplete families.
4. To develop the complex of power exercises promoting decrease in level of aggression of children of 6-7 years from incomplete families, to estimate its efficiency.
5. To process and analyse results of a research.

Research object aggression of children of 6-7 years from incomplete families.

Object of research decrease in level of aggression of children of 6-7 years from incomplete families by means of power exercises.

In work the following **methods and techniques were applied:**

1. Theoretical - the analysis of psychology and pedagogical literature on a research problem.
2. Empirical methods: questionnaire "Technique of diagnostics of a condition of aggression" (A. Bass, A. Darki), questionnaire "Signs of aggression" (E.K. Lyutov, G.B. Monin), projective technique "Cactus" (M.A. Panfilov).
3. Method of mathematical statistics: Mann-Whitney's U-criterion.

Scientific novelty of a research: it is revealed that the correctional developing program for decrease in level of aggression of children of 6–7 years from incomplete families by means of power exercises is effective.

Practical importance of a research: the correctional developing program for decrease in aggression of children of 6–7 years from incomplete families by means of power exercises is developed and approved. This program can be applied by teachers of educational institutions.

We have received the following results: children of 6–7 years from incomplete families have higher level of aggression.

Approbation of results: introduction of the program for decrease in level of aggression of children of 6–7 years from incomplete families by means of power exercises.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ	9
1.1. Феномен детской агрессивности	9
1.2. Неполная семья как фактор развития высокого уровня агрессивности у детей 6–7 лет	18
1.3. Силовые упражнения как средство снижени уровня агрессивности	29
Выводы по Главе 1	35
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СНИЖЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ	38
2.1. Характеристика экспериментальной выборки и методов исследования.....	38
2.2. Результаты психологической диагностики агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей	43
2.3. Коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений	53
2.4. Оценка эффективности коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений	65

Выводы по Главе 2	71
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	73
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	77
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	82

ВВЕДЕНИЕ

Перестройка нашего общества привела не только к экономическим и политическим изменениям, но и к изменению моральных норм поведения людей, в том числе и детей. Педагоги и родители отмечают, что у детей все чаще проявляется асоциальная направленность в поведении, они становятся все более агрессивными. Причем агрессивные тенденции в поведении наблюдаются у детей уже с дошкольного возраста.

Педагоги и психологи часто отмечают, что детская агрессивность является важнейшим направлением в их работе.

Агрессивность – это черта личности, проявляющаяся в более или менее постоянном враждебном отношении человека к человеку, животным и предметам природы и материальной культуры, склонность к их разрушению и неспровоцированным агрессивным действиям [7].

Агрессия заложена в животных и в человеке природой. Агрессивное поведение – это способ реагирования на внешнюю угрозу. Агрессия необходима для самозащиты, для обеспечения выживания вида. Проблема возникает тогда, когда агрессивные проявления никак не связаны с угрозой, когда они становятся постоянным и неизменным способом реагирования. Агрессия не возникает как отдельно взятое явление, она лишь тем или иным способом проявляется во внешнем мире. И проблема, как правило, заключается не в наличии этого явления как такового, а в особенностях его проявления. За каждым агрессивным проявлением стоит какой-то побуждающий мотив, и важно его понять для того чтобы подобрать оптимальные способы коррекции.

Многие специалисты связывают проблему возрастания проявлений детской агрессии с особенностями современной культуры. Существуют социальные группы, для которых эта проблема особенно актуальна.

Это происходит при отсутствии должного внимания взрослых к детям, недостаточной опеке. Как правило, этим страдают, прежде всего, дети социально неблагополучных семей, хотя от этого не застрахованы и дети из благополучных семей.

Семья, безусловно, определяет развитие личности ребенка. Проблемная семья часто оказывается одним из патогенных факторов, ведущих к нарушениям в психическом развитии детей, в том числе и формированию агрессивного поведения.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон приводят в своей работе, результаты исследования, в котором сообщают, что малолетние убийцы чаще всего вырастают в неполных семьях. Н. Аккерман, связывал факты отсутствия отца у мальчика с проблемами его полоролевой идентификации. А.И. Захаров отмечал, что мальчики, растущие без отцов, чаще демонстрируют жестокое поведение. Связывали агрессивность детей и их семейное окружение В.Н. Дружинин, М.И. Буянов и другие психологи. М. Николс описал поведение мальчиков из неполных семей как более асоциальное и импульсивное.

В трудах отечественных и зарубежных учёных А. Бодалёва, В. Столина, В. Сатир, Й. Лангмейера, Э. Эйдемиллера, А. Колмакова, Ж. Мицеквич и др. мы находим косвенные доказательства деструктивного влияния неполной семьи на личностный рост ребёнка. Они отмечают, что у детей могут развиваться отклонения в развитии личности (психическая депривация, нарушение социальной адаптации, эмоционального самочувствия, самооценки и отношения к окружающим людям, гендерной идентичности, формировании неэффективных механизмов психологической защиты и др.). Дети из неполных семей чаще остаются с матерью, которая не всегда может быть образцом эффективных механизмов совладания с внутриличностным конфликтом. Зачастую вследствие ролевой перегрузки одинокие матери имеют неэффективные механизмы психологической

защиты и не всегда могут быть примерами способов совладания с агрессией и другими эмоциями для своих детей.

3. Фрейд описывал агрессию как врожденный инстинкт, требующий периодически выхода, разрядки. У детей старшего дошкольного возраста с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень хронического мышечного напряжения, что формирует мышечные зажимы и различные виды психосоматических расстройств. Агрессивная энергия, трансформируясь, способна сублимироваться в спорте или других видах деятельности, требующих физических усилий. Однако способность к сублимации присуща не всем людям, тем более у детей она может быть в силу возраста еще не сформирована. В связи с этим важно своевременно обучать детей навыкам сублимации агрессии с целью профилактики деструктивных форм ее проявления. Регулярные силовые упражнения могут являться одним из лучших способов для сублимации врожденной агрессии у детей.

Возраст 6–7 лет является значимым периодом для формирования эмоциональной сферы и способов саморегуляции. К обучению в школе важно сформировать навыки управления собственными эмоциями, желаниями и поведением, что является важным показателем уровня социально-психологической адаптации.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена значимостью проблемы коррекции агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей. Исходя из этого, была сформулирована тема исследования: «Снижение агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений».

Основной целью исследования является снижение агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Исходя из цели были сформулированы **задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Подобрать методики исследования агрессивности детей.
3. Провести диагностику агрессивности у детей 6–7 лет из неполных семей.
4. Разработать комплекс силовых упражнений, способствующий снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей, оценить его эффективность.
5. Обработать и проанализировать результаты исследования.

Объект исследования: агрессивность детей 6–7 лет из неполных семей.

Предмет исследования: снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Гипотеза исследования: предполагается, что:

1. Дети из неполных семей имеют более высокий уровень агрессивности.
2. Разработанный нами комплекс силовых упражнений, состоящий из установочного, коррекционного, закрепляющего и контрольного блоков, будет способствовать снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей.

Теоретико-методологическая основа:

- деятельностный подход (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн);
- теоретические представления о природе детской агрессии и агрессивности (Р. Бэрн, С.А. Колосова, Д. Ричардсон, А.А. Романов, Т.Г. Румянцева, Л.М. Семенюк, Т.П. Смирнова и др.);
- теоретические представления Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис о влиянии семьи на развитие агрессии у детей;
- представления о силовых упражнениях как средстве снижения агрессии у детей (Л.П. Матвеев, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов).

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ научной литературы.
2. Эмпирические: опрос, анкетирование, анализ продуктов деятельности.
3. Сравнительный анализ полученных данных проводился с помощью непараметрического U–критерия Манна–Уитни для независимых выборок в программе *STATISTICA v 10.0*.

Методики исследования:

1. Опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки).
2. Анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Моница).
3. Проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

Практическая значимость: определяется тем, что разработана программа по снижению агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений, которая может быть использована педагогами общеобразовательных школ и родителями детей 6–7 лет из неполных семей в организации воспитательного процесса.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ

1.1. Феномен детской агрессивности

Термином «агрессия» психологи обозначают преднамеренное причинение вреда [28].

Следует различать понятия «агрессия» и «агрессивность». Первое – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее ущерб людям (негативные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности) [33]. Агрессивность – намерение, состояние, предшествующее агрессивному действию. А само агрессивное действие – это поведение человека, которое направлено на причинение вреда другим людям. Агрессивное состояние сопровождается эмоциональным состоянием гнева, враждебности, ненависти и т.п. действие выражается в непосредственном агрессивном акте причинения вреда другому человеку: оскорблениях, издевательствах, драках, избиениях и т.д.

Ю.Б. Гиппенрейтер привела классификацию фактов любого человеческого поведения, которые можно наблюдать [12]. Агрессивное поведение индивида, следуя ее логике, включает следующие составляющие:

1. Внешние проявления физиологических процессов, связанных с состоянием, деятельностью, общением людей, – это позы, мимика, интонации, взгляды, блеск глаз, вегетативные реакции, мышечные напряжения и другие. Это самые мелкие элементы деятельности. Сами

по себе они могут не вести к разрушению, но, включаясь в более крупные, вносят определенный вклад в агрессивное поведение.

2. Отдельные движения и жесты, такие, как поклон, кивок, стук кулаком, сжимание руки и тому подобные. Такие движения и жесты могут иметь различную силу и направленность. Они вполне могут приводить к разрушениям, к нанесению вреда. (Народное выражение «уложил одной левой» свидетельствует о возможностях таких элементов деятельности).

3. Действия, более крупные акты поведения, имеющие определенный смысл. Это просьбы, угрозы, системы ударов в драке и так далее.

4. Поступки – самые крупные акты поведения. Они имеют общественное, социальное звучание, связаны с такими психологическими категориями, как отношения, установки, ценности и другими.

Субъект агрессивного поведения именуется агрессором, объект – жертвой.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон, анализируя понятие агрессии, описали три основных положения относительно жертвы:

1. Агрессия предполагает нанесение вреда жертве. Они утверждают, что если нет факта нанесения вреда, то поведение не может быть названо агрессивным.

Часто агрессивное поведение смешивают с другими понятиями, такими как эмоции или намерения.

Понятия «гнев», «ярость», «ненависть» ассоциируются с агрессией. Но – это не факты поведения. В агрессивном поведении эмоции могут играть различную роль, при этом их сила и направленность могут быть самыми разными, не только такими выраженными и негативными, как гнев или злоба.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон предупреждают о возможностях смешения намерений и собственно агрессивного поведения. Пока человек не начал реально действовать, его нельзя назвать агрессором, по мнению авторов [11].

2. Агрессивное поведение всегда имеет отношение к живым существам. Авторы работы «Агрессия» утверждают, что разрушения в неодушевленном мире не имеют отношения к агрессии до тех пор, пока они не наносят вред живым существам.

Этому положению противоречат мысли некоторых авторов о том, что агрессия – это любое деструктивное поведение, ее объектом может быть любой предмет материального мира. Такой точки зрения придерживался, например, Э. Фромм в работе «Душа человека». Ее способность к «добру и злу» [41].

3. Агрессивное поведение имеет целью взаимодействие с объектами, не стремящимися к этому, то есть, объекты имеют стремления избежать влияния агрессора.

Р. Бэрон и Д. Ричардсон не относят к агрессивным также и действия самоубийц: «Здесь агрессор выступает в роли собственной жертвы. Поэтому подобные действия не могут быть классифицированы как агрессия. Даже если целью суицида является не смерть, а отчаянный призыв к помощи, самоубийца все-таки стремится причинить вред себе. Таким образом, подобные действия не являются примером агрессии» [11].

Противоположные суждения можно найти в работах других авторов. Л.Н. Лордкипанидзе использует при описании агрессивного поведения понятие «аутоагрессии». При аутоагрессии деструктивные действия субъекта направлены на самого себя [19].

В основе классификации А. Басса, приведенной Р. Бэроном и Д. Ричардсон [4], лежат три шкалы, в которых отражены характерные формы поведения субъекта, осуществляющего агрессию:

1. Физическая – вербальная. Эта шкала свидетельствует о том, какие системы индивида задействованы в агрессивном поведении.

2. Активная – пассивная. По этой шкале можно судить об общей активности действующего индивида. При активной позиции человек будет

иметь стремление действовать, при пассивной – избегать каких-либо действий.

3. Прямая – непрямая (косвенная). Шкала отражает наличие непосредственного контакта между агрессором и жертвой.

Комбинация этих шкал дает 8 категорий, под которые попадает большинство агрессивных действий. А. Басс описал эти категории с примерами. Мы попытаемся привести такие примеры, которые характерны для детского возраста, что более уместно в нашей работе.

1. Физическая – активная – прямая агрессия. Примеры такой агрессии – избиение, нанесение ударов различными предметами. Для детей также характерны укусы, дерганье за волосы, плевки, «подножки» и тому подобные действия.

2. Физическая – активная – непрямая агрессия. Дети могут обращаться к более сильному сверстнику или старшему по возрасту человеку для оказания воздействия на жертву.

3. Физическая – пассивная – прямая агрессия. Ребенок может не оказать помощь попавшему в тяжелую ситуацию сверстнику, подвергающемуся избиению; животному, над которым издеваются.

4. Физическая – пассивная – непрямая агрессия. Пример такой агрессии описан С.Я. Маршаком в детской сказке «Двенадцать месяцев». В сказке от подписи героини, Принцессы, зависела жизнь осужденного. Ведя себя пассивно, Принцесса могла привести ситуацию к смерти героя.

5. Вербальная – активная – прямая агрессия. Такая форма агрессии предполагает словесное оскорбление, унижение жертвы. Дети 5–6 лет уже обладают достаточным словарным запасом для осуществления агрессивного поведения в такой форме.

6. Вербальная – активная-непрямая агрессия. Распространение клеветы, сплетен, «заговоры» против жертвы имеют место уже в изучаемом возрасте.

7. Вербальная – пассивная – прямая агрессия. Отказ защитить обижаемого, обратиться за помощью к взрослому – примеры такой агрессии в детском возрасте.

8. Вербальная – пассивная – непрямая агрессия. «Покрывательство» агрессивных сверстников относится к этой форме агрессивного поведения.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон [11] предложили еще одну классификацию агрессивного поведения. Они разделили агрессивные действия на враждебные и инструментальные.

Термин «враждебная агрессия» применяют в тех случаях, когда главной целью агрессора является нанесение страданий жертве. Он стремится причинить зло или ущерб тому, на кого нападает. При этом жертва является врагом – агрессор имеет представление о ней как об угрожающей, мешающей или просто неприятной.

Инструментальная агрессия характеризует случаи, когда агрессоры преследуют цели, не связанные с нанесением вреда. Они используют агрессивные действия в качестве инструмента для осуществления различных желаний. По нашему мнению, важным моментом при этом должно стать допущение, что агрессор знает о том, что его действия наносят кому-либо вред или ущерб.

К. Додж и Д. Койи использовали при описании агрессии определения «реактивная» и «проактивная» [11]. Реактивная агрессия предполагает возмездие в ответ на осознаваемую угрозу. Проактивная агрессия задается активностью без наличия предшествующих действий объекта.

Э. Фромм тоже писал о реактивной агрессии, но в его работе она имеет другой смысл [41]. У него реактивная агрессия относится к категории «доброкачественных» форм и имеет целью не возмездие, а защиту. Суть ее в том, что она имеет оборонительный характер и появляется в момент опасности. Такое поведение защищает свободу, достоинство, жизнь.

Реактивная агрессия, по Э. Фромму, направлена на сохранение, а не на разрушение. Она исчезает, если опасность миновала [41].

Все авторы, исследующие агрессивное поведение человека относят категорию агрессивность к свойствам личности, определяющим его готовность действовать деструктивно.

Свойство, по определению, данному в «Большом энциклопедическом словаре» – это ряд особенностей, позволяющих классифицировать его носителя [28]. Свойство может быть субстанциональным (существенным), то есть иметь свое определенное место в структуре, обладающей этим свойством, и акцидентным (случайным).

Е.И. Рогов считает, что комплекс свойств агрессивности имеет любой человек, различны лишь степени его выраженности – «от почти полного отсутствия до предельного развития» [34].

Отечественные психологи имеют различные точки зрения относительно природы агрессивности и ее места в структуре личности.

О.П. Елисеев относит агрессивность к психодинамическим свойствам личности, к темпераменту. Он представляет агрессивность биогенетической категорией, отражающей ориентацию человека на пространство. Противоположным агрессивности он называет такое свойство, как «несклонность к конфликтам» [16]. На наш взгляд такое определение не вполне верно. Человеческая личность изначально конфликтна. Несоответствие внутреннего и внешнего пространств постоянно порождает конфликт, следовательно, все люди обладают агрессивностью.

В работах других авторов можно найти описание агрессивного характера. Характер – это избирательное, устойчивое отношение субъекта к главным условиям своей жизнедеятельности, реализуемое в типичном для него способе действий и поведения. Понятие агрессивности, объединяющее в себе эмоциональное отношение субъекта к объекту и способы действия, видимо, целесообразно отнести к черте характера [20].

Ж. Годфруа назвал агрессивность мотивацией – совокупностью побуждений, ведущих человека к удовлетворению своих потребностей. Он изложил причинные факторы агрессивности в биологическом и социальном аспектах [21].

Биологической детерминантой агрессивности человека Ж. Годфруа назвал лимбические системы: «Результаты исследований указывают на важнейшую роль лимбической системы в агрессивном поведении, а также на роль коры головного мозга в контроле проявлений агрессивности». Здесь же Ж. Годфруа подчеркивает и значение социального аспекта: «Как именно будет действовать кора, осуществляя этот контроль, зависит главным образом от жизненного опыта индивидуума, в особенности от социальных условий в период его развития».

Зарубежные теории агрессивности классифицированы Р. Бэрном и Д. Ричардсоном по отношению к:

- врожденным побуждениям или задаткам;
- потребностям, активизируемым внешними стимулами;
- познавательным и эмоциональным процессам;
- актуальным социальным условиям в сочетании с предшествующим научением [11].

Классифицировать проявления агрессивного поведения детей можно по-разному.

Положив в основу классификации проявления детской агрессии, можно выделить четыре категории детей:

1. Дети, склонные к проявлению физической агрессии активны, деятельны, целеустремлённы, отличаются решительностью, склонностью к риску, бесцеремонностью, авантюризмом. Они любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми, проявлять садистские тенденции. Эти дети отличаются малой рассудительностью

и сдержанностью, плохим самоконтролем. Они действуют импульсивно и непродуманно, игнорируя этические нормы, моральные ограничения.

2. Дети, склонные к проявлению вербальной агрессии, отличаются психической неуравновешенностью, постоянной тревожностью, сомнениями и неуверенностью в себе. Они активны и работоспособны, но в эмоциональных проявлениях склонны к сниженному фону настроения. Поэтому часто внешне производят впечатление угрюмых, недоступных, высокомерных. Так же их отличает и низкая фрустрационная толерантность. Малейшие неприятности выбивают их из колеи. Свои чувства и отношение к окружающим они не скрывают и выражают их в агрессивных вербальных формах.

3. Дети, склонные к проявлению косвенной агрессии, отличаются чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, недостаточной социализацией влечений и низкой осознанностью своих действий. Они с удовольствием отдаются чувственным наслаждениям, стремятся к немедленному удовлетворению своих потребностей, не считаясь с обстоятельствами, моральными нормами, этическими стандартами и желаниями окружающих. Эти дети очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес.

4. Дети, склонные к проявлению негативизма, отличаются повышенной ранимостью и впечатлительностью, эгоистичностью, самодовольством, чрезмерным самомнением. Критику, равнодушие окружающих воспринимают как обиду и оскорбление и начинают сразу активно выражать своё негативное отношение [11].

Если за основу классификации брать движущие силы, мотивацию агрессии, то можно выделить:

1. Импульсивно-демонстративный тип. Главная цель у ребёнка – продемонстрировать себя, обратить на себя внимание. Дети

игнорируют нормы и правила поведения, ведут себя шумно, демонстративно обижаются, кричат.

2. Нормативно-инструментальный тип. Агрессивные действия детей выступают как средство достижения какой-либо конкретной цели – получения нужного предмета, роли в игре, выигрыша у своих партнёров.

3. Целенаправленно-враждебный тип. Нанесение вреда другому является самоцелью этих детей. Они получают удовольствие от самих действий, приносящих боль и унижение другим людям. В основном такие дети используют прямую агрессию. Грубое физическое воздействие, отличающееся особой жестокостью и хладнокровием, они применяют чаще к выбранной жертве постоянно [54].

Ребёнок дошкольного возраста желает быть признанным, защищённым, пользоваться вниманием. Но коммуникативные навыки у него ещё недостаточно развиты, моральные нормы не сформированы.

В младшем школьном возрасте инициаторами агрессии чаще являются группировки ребят. Агрессивное поведение становится более организованным. Дети приобретают навыки конструктивного общения. Враждебная агрессия в этом возрасте уже начинает преобладать над инструментальной. Дети чаще решают проблемы в своём кругу, не прибегая к помощи и заступничеству взрослых.

Мальчики проявляют свою агрессию более открыто, грубо. Их агрессивность менее управляема. Девочки более сензитивны и впечатлительны, грубое проявление агрессии обычно им претит. Они довольно рано заменяют физическую агрессию вербальной. Но агрессивность девочек часто завуалирована и внешне менее эффективна, зато более эффективна.

3. Фрейд описывал агрессию как врожденный инстинкт, требующий периодически выхода, разрядки. У детей старшего дошкольного возраста

с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень хронического мышечного напряжения, что формирует мышечные зажимы и различные виды психосоматических расстройств. Агрессивная энергия, трансформируясь, способна сублимироваться в спорте или других видах деятельности, требующих физических усилий. Однако способность к сублимации присуща не всем людям, тем более у детей она может быть в силу возраста еще не сформирована. В связи с этим важно своевременно обучать детей навыкам сублимации агрессии с целью профилактики деструктивных форм ее проявления. Регулярные силовые упражнения могут являться одним из лучших способов для сублимации врожденной агрессии у детей.

1.2. Неполная семья как фактор развития высокого уровня агрессивности у детей 6–7 лет

Семья – первая ячейка, в которую поступает ребенок с рождения. По определению Н.Я. Соловьева «семья – малая социальная группа, важнейшая форма, организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. на отношениях между мужем и женой, родителями и детьми и других, живущих вместе и ведущих общее хозяйство» [42].

Период от рождения до шести лет характеризуется сильнейшей зависимостью от родителей. Ребенок, подражая взрослому, формирует определенные личностные качества, критерии оценки себя и других. Значимым взрослым для ребенка являются родители. Устанавливается стиль взаимоотношения, ребенок должен понять свою значимость в семье, т.е. для чего он, приносит ли он радость [27].

Основным условием нормального психосоциального развития (помимо здоровой нервной системы) признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей или замещающих их лиц, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка, беседуют и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение и обеспечивают материальными средствами, необходимыми семье [3].

Семья для ребенка на ранних этапах развития является ближайшей средой, первой и часто почти единственной социальной группой, наиболее долго действующим фактором, формирующим личность, нравственные чувства, навыки социального поведения. Без разумной и деятельной родительской любви, сочувствия, сопереживания ребенку эмоциональный, нравственный и интеллектуальный фундамент личности будет непрочным, а от его прочности зависит духовное здоровье человека [22].

Социально-культурный характер факторов, оказывающих неблагоприятное влияние на психическое здоровье, обусловлен ускорением темпа современной жизни, дефицитом времени, недостаточными условиями для снятия эмоционального напряжения и для расслабления. Следствием этого являются чрезмерная загруженность родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем в сочетании с недостаточной осведомленностью о путях решения внутриличностных конфликтов и о возможностях психологической и психотерапевтической помощи. Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику [9].

Детские психологи, занимающиеся изучением проблем семейного воспитания, отмечают, что полная семья сама по себе не гарантирует успех в воспитании ребенка, а лишь создает предпосылки успешного формирования его личности. Тем не менее, воспитание в неполной семье

таит в себе целый ряд трудностей, с которыми рано или поздно придется встретиться каждому одинокому родителю [9].

Традиционно принято считать, что неполной называется такая семья, которая состоит из одного родителя с одним или несколькими несовершеннолетними детьми. Психологи выделяют еще дополнительную категорию неполных семей – это так называемые функционально неполные семьи, где присутствуют оба родителя, но в связи с профессиональными либо другими обстоятельствами мало оставляют времени для семьи, либо вообще забывают о своих воспитательных функциях [2].

Неполная семья – нуклеарная семья, в которой отсутствует один из супругов и в которой дети находятся на иждивении и воспитании одного родителя [14].

От того, кто занимается воспитанием детей выделяют материнские и отцовские неполные семьи.

Чаще всего встречаются материнские монородительские семьи. Многие женщины считают, что могут справиться и без мужчины в воспитании детей. Но все они глубоко заблуждаются в своем мнении об этом. Роль отца очень важна в воспитании и формировании личности ребенка. Современными психологическими исследованиями было доказано, что отсутствие в семье отца, и, прежде всего мужчины, является важной предпосылкой отклонений в психическом развитии ребенка [22].

Примерно на каждые 14 неполных семей, где детей воспитывает женщина, приходится одна неполная отцовская семья. Одиноким отцом в большей степени вызывает сочувствие и получает помощь от друзей и родственников, однако у них значительно суживается круг социального общения по сравнению с одинокими матерями [26].

Одиноким отцом, который бы сам заботился о ребенке, большая редкость, но все же такие бывают. Судебная практика лишь в исключительных случаях доверяет ребенка отцу, а не матери.

Неполные семьи возникают в силу разных причин: рождения ребенка вне брака, смерти одного из родителей, расторжения брака либо раздельного проживания родителей. Соответственно выделяются основные типы неполной семьи: внебрачная, осиротевшая, разведенная, распавшаяся.

Вообще семья имеет большое значение не только в жизни индивида, но и общества («семья – ячейка общества») и выполняет ряд функций:

- воспитательную (отцовство и материнство, контакты с детьми и их воспитание);
- хозяйственно-бытовую (удовлетворение материальных потребностей семьи и содействие сохранения здоровья);
- эмоциональную (симпатия, уважения, признание, эмоциональная поддержка, психологическая защита);
- духовного (культурного) общения (совместное проведение досуга, взаимное духовное обогащение);
- сексуально-эротическую [2].

Очевидно, что в монородительской (семья с одним родителем) семье перечисленные функции не могут реализовываться в полном объеме. Однако при этом следует учитывать, что неполная семья может относиться к благополучным или неблагополучным семьям, семьям группы риска или асоциальным семьям. Благополучные семьи успешно справляются со своими функциями. Но, в любом случае, существует ряд проблем, касающихся неполных семей, к которым относятся социально-экономические, медицинские и психолого-педагогические [39].

Часто взрослым не хватает времени, знаний, сил, возможностей для осуществления полноценного развития ребенка в условиях неполной семьи. Негативные процессы, порожденные современной социально-экономической ситуацией, проявляются особенно ярко, именно на воспитании детей из неполных семей. Развод родителей, нестабильный, конфликтный стиль отношений в таких семьях искажают условия ранней социализации,

оказываясь причиной нервно-психических расстройств, фактором риска возникновения асоциального поведения, личностной деформации, способствуя возникновению проблем взаимоотношения ребенка с социальным окружением. Все это затрудняет решение воспитательных задач в условиях неполной семьи [54].

Специфический образ жизни семьи с одним родителем ощутимо отражается на воспитательном процессе. В рамках воспитательной деятельности взрослым не удастся осуществить полноценный контроль над детьми и в целом эффективно влиять на их поведение.

Основной источник тревог для старших дошкольников и младших школьников – это семья. Первой и главной проблемой неполной семьи есть ощущение семейного дискомфорта, которое переживают дети в таких семьях. Отсутствие отца (или матери) приводит к тому, что у ребенка из неполной семьи развивается ряд комплексов, связанных с неполноценностью, отсутствием внутренней гармонии, психологические сдвиги по отношению к созданию в будущем собственной семьи. Дети из таких семей чувствуют себя обделенными. Все это может служить основанием для возрастания тревожности [10].

Дети из неполных семей имеют менее благополучную картину эмоционально-личностной сферы в сравнении со сверстниками из полных семей. В исследовании (В.С. Мухиной, А.В. Захаровой) детей младшего школьного возраста на основе рисунков «Моя семья» выяснилось, что существуют принципиальные различия между мальчиками и девочками из неполных семей в их отношении к близким взрослым (эмоциональное состояние у мальчиков из неполных семей является более низким и угнетенным, чем у девочек; однофигурные композиции семьи и схематичное изображение себя, свидетельствует о том, что мальчики из неполных семей чаще испытывают чувство одиночества и трудности в общении в семье, чем девочки или их сверстники из полных семей). Таким

образом, для мальчиков из неполных семей характерны сниженный эмоциональный тонус, трудности в общении, чувство одиночества и отверженности, негативное самоощущение.

Среди эмоциональных проблем у детей из неполных семей сказываются различные расстройства и реакции: фобии, нарушения сна и сны с тяжелыми сновидениями. Внутренний мир таких детей – чувство одиночества, потери и эмоциональной пустоты. Таким образом, потеря одного из родителей в детском возрасте существенно влияет на развитие личности и является фактором, который вызывает патологию у взрослого человека.

Дети из неполных семей замкнуты, застенчивы, менее эмоциональны, они не уверены в своих силах, порой не верят в свои возможности. Они часто проводят время наедине с самими собой, и это их вполне устраивает. Дети из неполных семей раньше становятся самостоятельными. Неполная семья, как и любая другая, вообще, должна выполнять такую важную функцию, как воспитательную [25].

Процесс воспитания в неполной семье обычно деформирован. Дети испытывают острую потребность в определенном социальном статусе, желают иметь обоих родителей. При разрыве отношений, родители часто занимают противоположные позиции в деле воспитания, что, несомненно отражается на детях. Воспитательные позиции родителей могут существенно расходиться, что вызывает у ребенка чувство растерянности и неполноценности, так как оба родителя имеют для нее очень большое значение [2].

Таким образом, дети из неполных семей попадают в группу риска развития различных страхов, фобий и тревожных состояний.

Исследования зарубежных психологов показали, что для дошкольника развод – это ломка устойчивой семейной структуры, привычных отношений с родителями, конфликт между привязанностью к отцу и матери.

Д.М. Дермот и Д.В. Валлерштейн специально изучали реакции детей дошкольного возраста на распад семьи в предразводный период, в период развода и через несколько месяцев после него. Их интересовали изменения поведения детей в игре, отношении к сверстникам, эмоциональные проявления, характер и степень осознания, переживаемого ими [7].

По данным К. Лэндиса воздействие развода на психику ребенка зависит от целого ряда факторов:

- субъективного представления ребенка о счастье семьи непосредственно до развода;
- возраста ребенка и матери;
- степени выраженности негативных норм по отношению к разводу в той социальной группе, к которой принадлежит семья;
- способности оставшегося супруга справиться со своим беспокойством и обеспечить ему безопасное окружение.

Дети из разведенных семей оказываются нелюдимыми, боязливыми, они агрессивны и склонны к ссорам, неаккуратны, недисциплинированы, склонны «витать в облаках» и плохо учатся. Недоверие и страх по отношению к окружающим они испытывают, поскольку у них нет психологической поддержки со стороны отца [13]. Склонность этих детей к дракам рассматривается обычно как компенсация чувства неполноценности, а дисциплинированность – как следствие потери авторитета, поскольку из семьи чаще всего уходит отец, а ребенок остается с матерью. Решающим является не факт юридического развода, а отчуждение родителей в семье друг от друга – «аффективный развод». Психологические исследования убедительно показали, что семьи, где сохраняется лишь формальное, юридические атрибуты брака, также влияет на психику ребенка, как и условия в семье, где произошел юридический развод. Более того, в случае «аффективного развода» ребенок оказывается более неблагоприятной ситуации. «Двойной стандарт» отношений («для людей»

и «для семьи») приводит к нарастанию внешней и внутри психологической конфликтности [14].

Следствием является побег детей из семьи, бродяжничество, правонарушения, неврозы, самоубийство. В семьях, где есть отец – алкоголик, – свои проблемы. Но психологическая ситуация, в которой оказывается ребенок, мало, чем отличается от семьи, где отца нет: воспитательной функции отец не выполняет, добавляются лишь скандалы, побои, экономические трудности [7].

В возрасте до 3-х лет развод оказывает на ребенка меньше влияния, чем в более старших возрастах. У детей 5–6 лет наблюдалось увеличение агрессии и тревоги, раздражительность, неугомонность, гневливость. Дети этой возрастной группы достаточно отчетливо представляют, какие изменения в их жизни вызывает развод. Они способны рассказать о своих переживаниях, тоске по отцу, желании восстановить семью. У детей не наблюдалось ярко выраженных задержек в развитии или снижения самооценки. По данным Д.В. Валлерштейн, девочки старшего дошкольного возраста переживали распад семьи сильнее, чем мальчики: тосковали по отцу, мечтали о браке матери с ним, приходили в состояние крайнего возбуждения в его присутствии. Наиболее уязвимых детей 5–6 лет отличало острое чувство потери: они не могли говорить и думать о разводе, у них нарушался сон и аппетит. Некоторые, наоборот, постоянно спрашивали об отце, искали внимания и физического контакта с ним [36].

Немаловажно и то, что в отсутствие одного из родителей ребенок лишен возможности полноценного формирования стереотипа поведения своего пола. Так, в отсутствие отца мальчик не имеет возможности на ближайшем примере наблюдать особенности мужского поведения и невольно перенимает женские черты. И для девочки мать в этой ситуации вынуждена совмещать собственную материнскую роль и роль отсутствующего отца; в результате психосексуальное развитие отличается

противоречивостью. (Установлено, что большинство лиц гомосексуальной ориентации выросли в неполных семьях).

А.И. Захаров так объяснил формирование агрессивного поведения у мальчиков в неполной семье: «Мальчики болезненно заостренно пытаются утвердиться в мужской роли, компенсируя этим недостаток общения с отцом. Они стремятся лидировать среди сверстников, но не всегда достигают успеха. В результате возникает агрессивная реакция на несоответствие своим ожиданиям и требованиям». А.И. Захаров отмечает также, что мальчики, растущие без отцов, часто попадают под влияние более старших, демонстрирующих поведение «настоящего мужчины» [18].

То есть, агрессивное поведение детей в неполной семье можно объяснить, с одной стороны, отсутствием примеров нормативного мужского поведения и смещением представлений о поведенческих нормах в сторону преувеличенной жесткости и даже жестокости. С другой стороны, агрессивность мальчиков может быть защитой или протестом против неполноценного, на взгляд ребенка, семейного окружения. М. Николс: «Мальчики из неполных семей чаще ведут себя асоциально и импульсивно; они хуже поддаются контролю и чаще восстают против авторитета взрослых» [51].

Нарушение эмоциональных отношений в семье оказывает негативное влияние на формирование личности ребенка. Обобщая богатый опыт семейной психотерапии детей, Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис выделяют два вида наиболее часто встречающихся нарушений эмоционального отношения родителей к ребенку.

«Неразвитость родительских чувств» выражается в нежелании иметь дело с ребенком, поверхностном интересе к его делам. Родители часто жалуются, насколько утомительны родительские обязанности, что они отрывают от чего-то более важного и интересного. Причиной неразвитости родительских чувств могут быть, в частности, особенности семейного

воспитания, например, то, что сам родитель в детстве был отвергнут своими родителями, не испытал родительского тепла.

«Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от пола» – нередко такое отношение родителя к подростку обуславливается не реальными качествами ребенка, а теми, которые родитель приписывает его полу – «вообще мужчинам» или «вообще женщинам». Тогда при наличии предпочтения, например, женских качеств наблюдается неосознанное неприятие ребенка мужского пола, и наоборот. Это неприятие ощущается ребенком и может вести к нарушениям полоролевой идентификации, использованию неадекватных защитных механизмов, невротическим реакциям.

Американские ученые Б. Артур и М. Кемме отмечают у детей, потерявших одного из родителей эмоциональные трудности. Среди эмоциональных проблем отмечаются различные расстройства и реакции: фобии, нарушения сна и сны с тяжелыми сновидениями, признаки выраженной печали после события. Внутренний мир таких детей – чувство одиночества, утраты и эмоциональной пустоты. Таким образом, Б. Артур и М. Кемме пришли к выводу, что потеря родителя в детском возрасте существенно влияет на развитие личности в целом.

Дети из неполных семей очень часто пребывают в одиночестве, и их это устраивает. Дети из неполных семей раньше становятся самостоятельными. В первое время после ухода одного из родителей у детей чаще всего наблюдается сильный страх разлуки со взрослыми, у них могут быть проблемы со сном, агрессивность, раздражительность или другой тип деструктивного поведения, привлекающий к себе внимание, замкнутость и стремление к изоляции, печаль, тоска, чувство потери, мучительные воспоминания и фантазии.

Эмоциональный фон деятельности и общения у детей из неполных семей снижен по сравнению с детьми из полных семей. Детям из неполной

семьи тяжелее адаптироваться к жизни, но они стремятся к установлению теплых эмоционально насыщенных отношений со сверстниками. У детей из неполных семей складывается особое отношение к матери, вследствие отсутствия отца. При этом изучение материнского отношения к детям из данного типа семей не выявило значимых различий с родителями из полных семей. То есть все родители любят своих детей и стараются обеспечить хорошую семейную атмосферу в семье, но дети из неполных семей требуют особых отношений с матерью, братьями и сестрами. Также они сами относятся к своим близким более трепетно, боясь их потерять, потерять их любовь, ласку, заботу, потерять возможность любить их [47].

Кроме фактора неполноценной полоролевой идентификации в неполной семье, авторы работ по семейной психологии указывают ряд дополнительных неблагоприятных условий.

К ним относят повышенную тревожность матери, оставшейся с ребенком, финансовые трудности.

Отношения общества к матерям – одиночкам тоже может увеличить вероятность отклонений в поведении ребенка. Хотя сегодня эта проблема не имеет такого актуального звучания, как раньше, осуждения со стороны родственников и знакомых могут иметь место. Такое отношение может вызвать протест у ребенка. Г.С. Абрамова называла мнения «чужих» людей наиболее значимыми в 5–6 лет [1].

Следует указать, что большинство авторов все-таки не считают неполные семьи обязательно патологичными. Они только определяют факторы, под воздействием которых может развиваться отклоняющаяся линия поведения ребенка. То есть, неполная семья – это лишь предпосылка к неполноценному формированию личности, но она не является предопределяющей. М. Николс называет фактор психологического отсутствия отца в семье таким же травмирующим ребенка, как и фактор

физического отсутствия. Он так же указывает факты, что дети, воспитанные в неполной семье, лучше адаптируются в социальной среде [31].

Тем не менее, дети из неполных семей чаще остаются с матерью, которая не всегда может быть образцом эффективных механизмов совладания с внутриличностным конфликтом. Зачастую вследствие ролевой перегрузки одинокие матери имеют неэффективные механизмы психологической защиты и не всегда могут быть примерами способов совладания с агрессией и другими эмоциями для своих детей.

Таким образом, неполная семья действительно не обладает достаточным ресурсом для полноценного развития мальчика. Но этот фактор, как и другие факторы неполноценности, представляет большие возможности для компенсации. При благоприятных условиях мальчик из неполной семьи может быть более социально приспособлен и менее агрессивен, чем мальчик из неблагополучной полной семьи. Неполная семья создает такие условия для ребенка, которые нужно рассматривать в комплексе с анализом влияния других условий [25].

1.3. Силовые упражнения как средство снижения уровня агрессивности

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.

Простая констатация плохих черт ребенка («ты жестокий», «ты грубиян»), как правило, не дает положительных результатов.

В.А. Сухомлинский напоминал педагогам, что нельзя обнажать недостатки ребенка, надеясь, что он сам сможет критически оценить свое поведение и изменить его. Работа по ослаблению агрессивного поведения, изменению агрессивных состояний и ориентации для учителя трудная и кропотливая.

Детей не агрессивных или со слабо выраженной агрессивностью отличают конформизм, неумение постоять за себя, повлиять на других. Некоторые считают это недостатком и предлагают коррекцию для таких детей, как воспитание «бойцовских» качеств, без которых прожить трудно. Многие родители открыто призывают своих детей быть более жесткими, когда их обижают. Учитель не посчитает это недостатком и будет приобщать таких детей к активной деятельности, где необходимо проявлять самостоятельность, инициативность, сотрудничать с другими детьми, влиять на них. С подгруппой спокойных детей учитель занимается только в том случае, когда они явно «выпадают» из общего состава учеников. Нельзя пытаться ликвидировать природную сдержанность, толерантность таких детей, нужно постараться сделать их более уверенными в себе. Конечный итог усилий учителя – ученик поверил в собственные силы.

Детей с повышенной агрессивностью отличают озлобленность, самоуверенность, распоясанность, несдержанность. Общаясь с ними, педагог должен быть подчеркнута мягок, сдержан, терпелив, своим видом показывать, что прекрасно понимает внутреннее состояние маленького драчуна: ведь, терроризируя других, он нередко сам страдает от собственной упрямства, несдержанности. Даже причинив боль другому, утихомирив вспышку своего гнева, он продолжает испытывать чувство досады, неудовлетворенности [7]. Учитель должен почувствовать внутренние переживания ребенка, подсказать ему, что будет трудно справиться собственными силами, что педагоги, родители, друзья – его союзники в решении внутренних проблем. Ребенок должен почувствовать, что его любят, ценят, хотят видеть более сдержанным, великодушным, умеющим

владеть собой, что нужно избавляться от плохих поступков.

В этом ему помогут правила, которые предлагает учитель, а именно:

- необходимо несколько раз глубоко вдохнуть, если почувствовал гнев;
- не давать волю рукам, пока медленно не сосчитаешь до 10;
- подумать, что будет потом, представить последствия своего поведения;
- каждое утро давать себе обещание не вступать в конфликты;
- вечером подводить итоги прошедшего дня: хвалить себя, если день прошел спокойно; штрафовать себя за каждый срыв настроения и поведения;
- проводить закаливание организма, умываться холодной водой;
- тренировать волю (учитель поможет подобрать комплекс упражнений) [39].

У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки управления собственным гневом и контроля над ним, обучить детей некоторым приемам саморегуляции, которые позволят им сохранить определенное эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. Важно также, чтобы дети освоили релаксационные техники, поскольку помимо управления негативным состоянием релаксационные техники помогут им снизить уровень личностной тревожности, который у агрессивных детей очень высок [7].

Коррекционная работа в данном направлении заключается:

- 1) в установлении определенных правил, которые помогут детям справиться с собственным гневом;
- 2) закреплении этих правил (навыков) в ролевой игре (провоцирующей игровой ситуации);
- 3) обучении релаксационным техникам с применением глубокого дыхания.

У детей с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации. Релаксационные упражнения лучше проводить под спокойную

музыку. Регулярное выполнение релаксационных упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ребенку лучше понять, осознать чувство собственного гнева. В результате ребенок лучше владеет собой, контролирует свои деструктивные эмоции и действия. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние [50].

Спорт – лучший способ сублимированного выхода агрессии, известный современному человеку. Под сублимацией понимают один из механизмов психологической защиты личности, который снимает напряжение в конфликтной ситуации путем превращения инстинктивных форм психики (инстинктивной энергии) в социально желательные для человека и общества формы деятельности.

Иными словами, сублимация – это переключение импульсов, социально нежелательных в данной ситуации (агрессивности), на другие, социально желательные для индивида и общества формы активности. Агрессивная энергия, трансформируясь, способна сублимироваться (разрядиться) в спорте или в строгих методах воспитания. Когда непосредственная разрядка инстинктивных влечений невозможна, находится деятельность, в которой эти импульсы могут разрядиться. По мнению специалистов, самоуничтожение является результатом нарушения инстинкта агрессии, который призван поддерживать жизнь. Однако человеку необходима сублимация энергии.

Существуют такие способы подобного рода разрядки:

- перенос эмоций на неодушевленные предметы;
- разрядка при помощи методов психоанализа;
- повышение уважения к себе при помощи искусства, науки и образования;
- занятия спортом – стимул к разрядке агрессии и проявление здоровой конкуренции;

– использование воодушевления для чего-то действительно важного, а не против выдуманных противников.

Для детей очень важна возможность «выпустить пар», и спортивные занятия подходят для этого как нельзя лучше. Однако не стоит воспринимать эту связь буквально и слепо отдавать агрессивного ребенка на бокс или борьбу. Контактный спорт даст правильный результат только под контролем хорошего опытного тренера, а найти именно такого не всегда получается.

Педагог, владеющий методикой замещения агрессивных переживаний, обучит ей детей. Это эмоциональная разрядка посредством внешнего выражения эмоций и заместительных действий. Детей необходимо учить, когда они в ярости, давать выход гневу на неодушевленные предметы: пусть они бьют палкой по забору, колотят чучела, стегают плеткой воображаемые чудовища, бросают камни в злых великанов. Если ребенка распирает от ярости, необходимо открыть клапан.

Регулярные физические упражнения могут значительно снизить уровень агрессивности. Силовые упражнения – это упражнения, или комплекс упражнений, направленные, в первую очередь, на развитие мышечной силы. Силовые упражнения в той или иной степени включаются практически во все виды двигательной активности, но основным видом тренинга они являются в силовом спорте: тяжёлая атлетика, пауэрлифтинг, бодибилдинг, атлетическая гимнастика и др.

Сила – это способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений (Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов).

Силовые упражнения в зависимости от природы сопротивления можно разделить на группы:

- упражнения с внешним сопротивлением;
- упражнения с противодействием массы предмета;
- упражнения с противодействием партнёра;

- упражнения с противодействием упругих механизмов;
- упражнения с противодействием внешней среде (движения в воде);
- упражнения с противодействием собственного веса (упражнения из общей гимнастики: подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре и др.);
- статические упражнения (изометрические);
- упражнения на самосопротивление.

С помощью таких физических (силовых) упражнений как глубокое дыхание и прогрессивная мышечная релаксация можно снижать физически чрезмерное возбуждение (ответ «борьбы или бегства», который поддерживает состояние страха и тревоги).

Физические упражнения являются безопасным средством, исключительно полезным для головного мозга, мощным противоядием при депрессии и тревоге, – действует сразу и оказывает влияние в долгосрочной перспективе. Исследования показывают, что достаточно от 20–30 минут в день (правило 21-й минуты), особенно полезны беговая дорожка, эллиптический тренажер, степ, бег, ходьба.

У детей старшего дошкольного возраста с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень хронического мышечного напряжения, что формирует мышечные зажимы и различные виды психосоматических расстройств. Агрессивная энергия, трансформируясь, способна сублимироваться в спорте или других видах деятельности, требующих физических усилий. В связи с этим важно своевременно обучать детей навыкам сублимации агрессии с целью профилактики деструктивных форм ее проявления. Регулярные силовые упражнения могут являться одним из лучших способов для сублимации врожденной агрессии у детей.

Выводы по Главе 1

Следует различать понятия «агрессия» и «агрессивность». Агрессия – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее ущерб людям [27]. Агрессивность – намерение, состояние, предшествующее агрессивному действию. А само агрессивное действие – это поведение человека, которое направлено на причинение вреда другим людям.

В основе классификации А. Басса, приведенной Р. Бэрном и Д. Ричардсон, лежат три шкалы, в которых отражены характерные формы поведения субъекта, осуществляющего агрессию:

1. Физическая – вербальная. Эта шкала свидетельствует о том, какие системы индивида задействованы в агрессивном поведении.

2. Активная – пассивная. По этой шкале можно судить об общей активности действующего индивида. При активной позиции человек будет иметь стремление действовать, при пассивной – избегать каких-либо действий.

3. Прямая – непрямая (косвенная). Шкала отражает наличие непосредственного контакта между агрессором и жертвой [11].

Основываясь на вышеизложенной классификации проявления детской агрессии, можно выделить четыре категории детей:

- дети, склонные к проявлению физической агрессии;
- дети, склонные к проявлению вербальной агрессии;
- дети, склонные к проявлению косвенной агрессии;
- дети, склонные к проявлению негативизма.

Мальчики проявляют свою агрессию более открыто, грубо, их агрессивность менее управляема. Девочки более склонны к проявлению вербальной агрессии.

Семья является важнейшим фактором формирования эмоциональной сферы ребенка. По определению Н.Я. Соловьева «семья – малая социальная группа, важнейшая форма, организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. на отношениях между мужем и женой, родителями и детьми и других, живущих вместе и ведущих общее хозяйство» [42]. Семья для ребенка на ранних этапах развития является ближайшей средой, первой и часто почти единственной социальной группой, наиболее долго действующим фактором, формирующим личность, нравственные чувства, навыки социального поведения.

Неполная семья – нуклеарная семья, в которой отсутствует один из супругов и в которой дети находятся на иждивении и воспитании одного родителя. Выделяют материнские и отцовские неполные семьи. Основные типы неполной семьи: внебрачная, осиротевшая, разведенная, распавшаяся.

Дети из неполных семей имеют менее благополучную картину эмоционально-личностной сферы в сравнении со сверстниками из полных семей. Такие дети замкнуты, застенчивы, менее эмоциональны, они не уверены в своих силах, порой не верят в свои возможности. Они часто проводят время наедине с самими собой, и это их вполне устраивает. Дети из неполных семей раньше становятся самостоятельными.

Агрессивное поведение детей в неполной семье можно объяснить, с одной стороны, отсутствием примеров нормативного мужского поведения и смещением представлений о поведенческих нормах в сторону преувеличенной жесткости и даже жестокости. С другой стороны, агрессивность мальчиков может быть защитой или протестом против неполноценного, на взгляд ребенка, семейного окружения.

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 [21].

У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки управления собственным гневом и контроля над ним, обучить детей некоторым приемам саморегуляции, которые позволят им сохранить определенное эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. Коррекционная работа в данном направлении заключается:

1. В установлении определенных правил, которые помогут детям справиться с собственным гневом.

2. Закреплении этих правил (навыков) в ролевой игре (провоцирующей игровой ситуации).

3. Обучении релаксационным техникам с применением глубокого дыхания [7].

У детей с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень мышечного напряжения, что может привести к психосоматической патологии [45]. Спорт – лучший способ сублимированного выхода агрессии. В связи с этим регулярные физические упражнения могут значительно снизить уровень агрессивности. Силовые упражнения – это упражнения, или комплекс упражнений, направленные на развитие мышечной силы. Однако значение силовых упражнений для отреагирования, сублимации агрессии очень высоко.

Однако не стоит забывать, что силовые упражнения являются эффективными только при условии сочетания с психологической коррекцией.

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СНИЖЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

2.1. Характеристика экспериментальной выборки и методов исследования

Теоретический анализ научной и методической литературы по теме исследования показал, что для правильной и успешной организации коррекционно-развивающей работы необходимо выявить уровень проявления и причины агрессивности в поведении детей 6–7 лет из неполных семей.

В связи с этим было организовано и проведено исследование, цель которого – диагностика уровня агрессивности у детей 6–7 лет из неполных семей и разработка на основе ее результатов коррекционно-развивающей программы. В ходе организации и проведения исследования решались следующие задачи:

- сформировать для обследования группы детей старшего дошкольного возраста;
- разработать критерии, подобрать методики для диагностики агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста;
- выявить уровень и качественное своеобразие проявлений агрессивного поведения, сопоставить с возрастными нормами;
- на основе полученных результатов, разработать и экспериментально апробировать комплекс силовых упражнений, способствующий снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей;

– выявить эффективность проведенной работы на основе положительной динамики поведения детей старшего дошкольного возраста.

Исследование проводилось в три этапа:

1 этап – констатирующий, цель которого – выявление признаков агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей;

2 этап – формирующий, целью которого является разработка и внедрение коррекционно-развивающей программы с использованием комплекса силовых упражнений, способствующей снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей;

3 этап – контрольный, целью которого является выявление эффективности и результативности коррекционно-развивающей программы, способствующей снижению уровня агрессивности для детей 6–7 лет из неполных семей.

Экспериментальная работа проводилась на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № XX» (далее – МБОУ СШ № XX) г. Красноярска.

Экспериментальная выборка составила: 30 детей старшего дошкольного возраста (6–7 лет), из них 15 мальчиков и 15 девочек, 11 детей – из неполных семей.

Для реализации поставленной цели нами был подобран диагностический комплекс методик:

– опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки);

– анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Моница);

– проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

Опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки)

Цель: определение видов агрессивного поведения.

Описание теста: опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает да или нет. С детьми старшего дошкольного возраста опрос проводится устно.

Все ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

1. Физическая агрессия.
2. Косвенная агрессия.
3. Раздражение.
4. Негативизм.
5. Обида.
6. Подозрительность.
7. Вербальная агрессия.
8. Чувство вины.

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а индекс агрессивность (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 плюс минус 4, а враждебности 6,5–7 плюс минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Проективные методики, рисуночные в частности, являются наиболее полезными для диагностики детей. Это связано с тем, что через рисунок ребенок неосознанно демонстрирует: отношение к миру; свое место среди окружающих его людей; сформированное мировоззрение; уровень умственного развития; психофизическое состояние.

Проективная методика рисуночный тест «Кактус».

Методика «Кактус» помогает выявить особенности психоэмоционального состояния испытуемого, определить его устойчивость к стрессу и подверженность агрессии (а также её интенсивность) и понять причины, вызывающие негативные чувства у ребёнка. Проанализировав

результаты диагностики, экспериментатор легко сможет сделать вывод, является ли малыш целеустремлённым, импульсивным, эгоцентричным, скрытным или демонстративным.

Для выполнения теста понадобится чистый лист А4 формата, простой карандаш средней твердости, также можно использовать и цветные карандаши. Методика допускает создание как чёрно-белого изображения, так и цветного. Трактовку раскрашенного рисунка рекомендуется проводить с профессиональным детским психологом, так, как только он сможет правильно сделать выводы из такого многоуровневого теста.

Инструкция.

«Нарисуй на листе бумаги кактус, какой ты себе представляешь».

Интерпретация детских рисунков.

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

- пространственное положение;
- размер рисунка;
- характеристики линий;
- сила нажима на карандаш.

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

- характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.);
- характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.);
- характеристика иголок (размер, расположение, количество).

По результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка:

Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.

Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.

Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.

Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.

Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.

Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.

Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

Для создания более полной картины взрослому после завершения ребёнком рисунка необходимо задать несколько наводящих вопросов, которые помогут уточнить интерпретацию:

Этот кактус домашний или дикий? Где он растет (у кого-то дома или в пустыне)?

Можно ли этот кактус потрогать? Колется ли он?

О нем кто-нибудь заботится? Ему это нравится?

Этот кактус растет один или с каким-то растением по соседству?

Когда кактус вырастет, как он изменится (объем, иголки, отростки)?

Данные, полученные при помощи проективных методик, дополнялись данными, полученными с помощью метода анкетирования и опроса. Нами была использована анкета для воспитателя «Признаки агрессивности», разработанная Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной (Приложение А), с помощью которой оценивается уровень выраженности признаков агрессивности.

2.2. Результаты психологической диагностики агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей

Количественный анализ результатов диагностики агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей представлен в виде сводной таблицы.

Таблица 1

Распределение выборочной совокупности детей по методикам, уровням агрессивности и составу семей

1	2	3										4
№	Инициалы	Методика/уровни										Полная/неполная семья
		Опросник «А. Басса, А. Дарки»			«Кактус»			Анкета Лютовой Е.К., Мониной Г.Б.			Итог	
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н		
Девочки												
1	А.К.		+			+				+	Средний	Полная
2	А.А.			+			+			+	Низкий	Полная
3	А.Т.	+			+			+			Высокий	Неполная
4	В.М.	+			+			+			Высокий	Неполная

1	2	3								4		
5	Г.Б.		+			+			+	Средний	Полная	
6	Д.П.		+		+				+	Средний	Неполная	
7	Е.К.		+			+			+	Средний	Полная	
8	И.П.			+			+			+	Низкий	Полная
9	К.Н.		+			+				+	Средний	Полная
10	М.Н.	+			+			+			Высокий	Полная
11	Л.М.	+			+			+			Высокий	Неполная
12	Л.К.		+		+			+			Высокий	Полная
13	М.А.			+		+			+		Средний	Полная
14	М.И.		+			+			+		Средний	Полная
15	М.Е.	+			+			+			Высокий	Полная
Мальчики												
16	Н.К.	+			+				+		Высокий	Неполная
17	Н.Ш.		+			+				+	Средний	Полная
18	О.Р.	+			+			+			Высокий	Полная
19	Р.Ю.		+			+			+		Средний	Неполная
20	С.З.	+			+			+			Высокий	Неполная
21	С.О.		+			+			+		Средний	Полная
22	К.С.		+			+			+		Средний	Полная
23	М.В.		+			+		+			Средний	Полная
24	Т.Ф.			+			+		+		Низкий	Неполная
25	К.В.	+			+			+			Высокий	Полная
26	Е.Д.		+			+			+		Средний	Неполная
27	Д.Л.	+			+			+			Высокий	Неполная
28	Е.В.		+			+			+		Средний	Полная

1	2	3									4	
29	О.К.		+				+			+	Низкий	Полная
30	Ю.Г.	+			+			+			Высокий	Неполная
		11	15	4	13	13	4	12	12	6		

При проведении методик, нами было отмечено, что дети с низким уровнем проявления агрессивности в поведении очень творчески выполнили задание; они были открыты и хорошо контактировали с окружающими. Некоторые из них демонстрировали себя, были склонны к тщеславию и высокомерию.

У детей с низким уровнем агрессивности отмечалась достаточно адекватная самооценка, хотя они не всегда были уверены в себе. Активно переходили к реализации своих планов, все решения принимали самостоятельно, не делали легкомысленных выводов, не были тревожны.

Дети со средним уровнем агрессивности были нерешительны, обладали тенденцией к рефлексии и размышлению; не всегда уверены в себе, иногда испытывали страх. Лишь незначительная часть замыслов реализовалась, но зачастую импульсивно принимали решения, иногда делали легкомысленные выводы и были тревожны.

Дети с высоким уровнем агрессивности, при проведении методик испытывали чувство отверженности, чувство вины; имелись тенденции к отчуждению и оппозиции; испытывали трудности при стремлении раскрыться перед другими; агрессивны, тревожны. Предпочитали уходить от реальности, которая не соответствует желаниям; иногда отвечает на чье-то влияние противоположными действиями.

Анализируя полученные результаты, из табл. 1 видно, что по результатам проведенной методики диагностики состояния агрессии

по опроснику А. Басса, А. Дарки высокий уровень агрессивности имеют 20% мальчиков (6 человек) и 16,7% девочек (5 детей). Данные представлены на рис. 1.

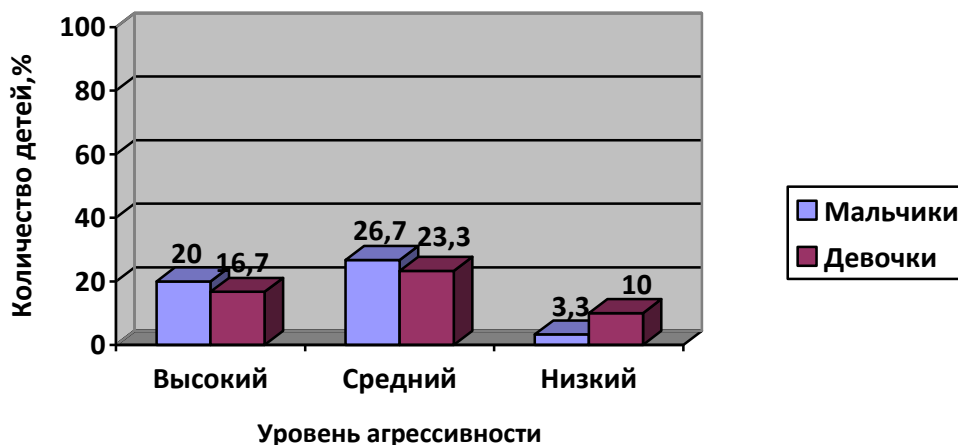


Рис.1. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности у мальчиков и девочек по опроснику «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки)

Также анализируя данные табл. 1, видно, что, 40% испытуемых (12 человек) из полных семей имеют средний уровень агрессивности, 13,3% испытуемых (4 ребенка) – высокий и 10% испытуемых (3 ребёнка) имеют низкий уровень агрессивности. У детей из неполных семей 23,3% испытуемых (7 детей) имеют высокий уровень агрессивности, 10% испытуемых (3 ребёнка) – средний и лишь 3,3% испытуемых (1 ребенок) имеет низкий уровень агрессивности. Данные представлены на рис. 2.

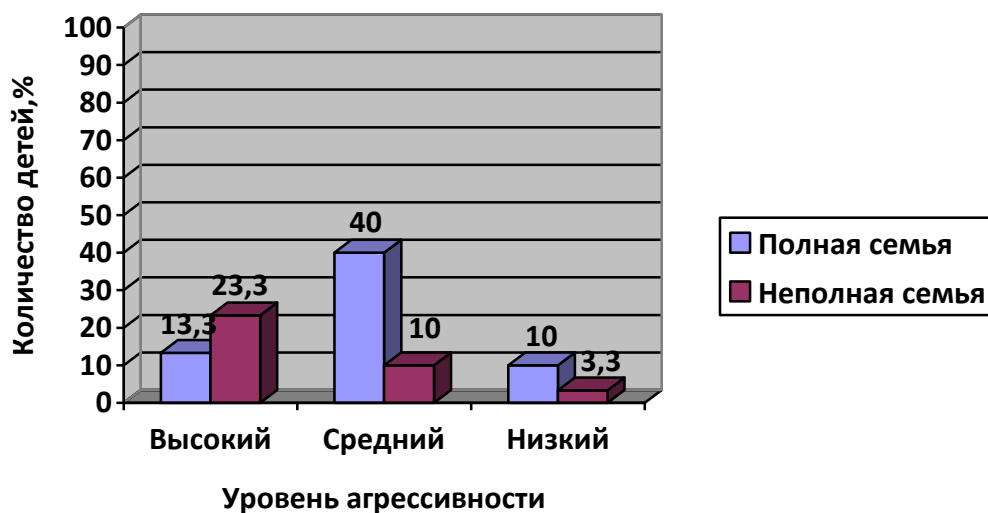


Рис.2. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях по опроснику «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки)

При проведении проективной методики «Кактус», нами были отмечены следующие особенности рисунков детей: маленький рисунок, расположенный внизу листа, использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки с прерывистыми линиями, наличие иголок, которые сильно торчали и были очень длинные, близко расположенные друг от друга, а также отрывистость линий, сильный нажим.

Среди испытуемых высоким уровнем агрессивности по результатам проективной методики «Кактус» обладают 23,3% девочек (7 испытуемых) и 20% мальчиков (6 испытуемых), средним уровнем агрессивности: 20% девочек (6 испытуемых) и 23,3% мальчиков (7 испытуемых), низкий уровень агрессивности имеют по 6,7% мальчиков и девочек (2 ребёнка). Полученные результаты представлены на рис. 3.

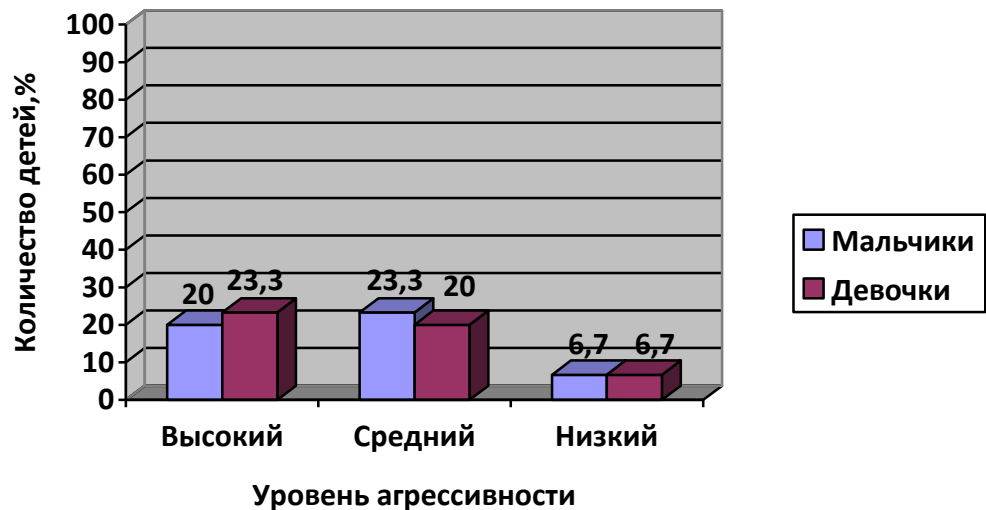


Рис.3. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности мальчиков и девочек по методике «Кактус»

На рис. 4 представлены результаты распределения совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях. Из данных табл. 1 видно, что у детей из неполных семей высокий уровень агрессивности имеют 26,7% детей (8 человек), в то время как у детей из полных семей лишь 16,7% (5 человек) имеют высокий уровень агрессивности. Средний уровень агрессивности преобладает у детей из полных семей – 36,7% (11 детей), у детей из неполных семей – всего 6,7% (2 ребенка), низкий уровень агрессивности в полных семьях имеют 10% детей (3 испытуемых), а в неполных – 3,3% (1 человек).

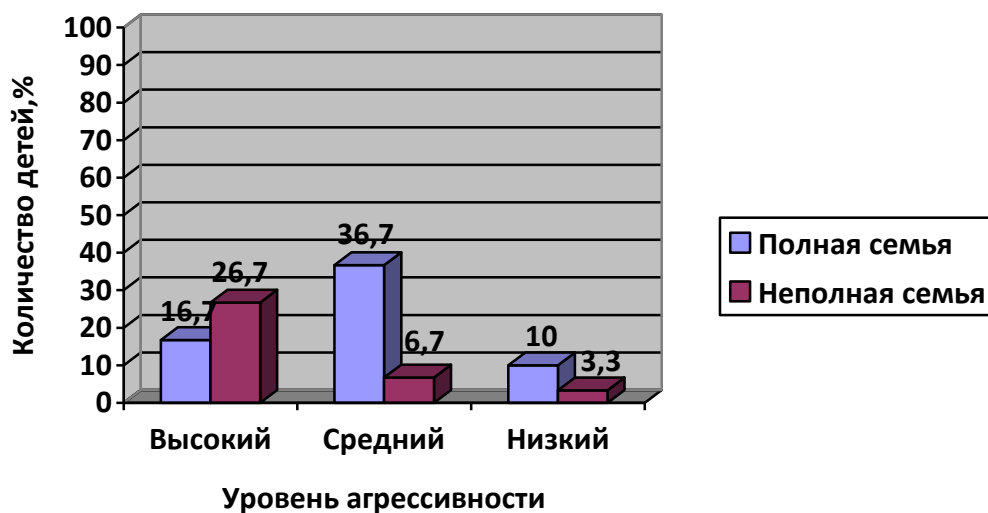


Рис.4. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях по проективной методике «Кактус»

По данным анкетирования воспитателей «Признаки агрессивности»
Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной,

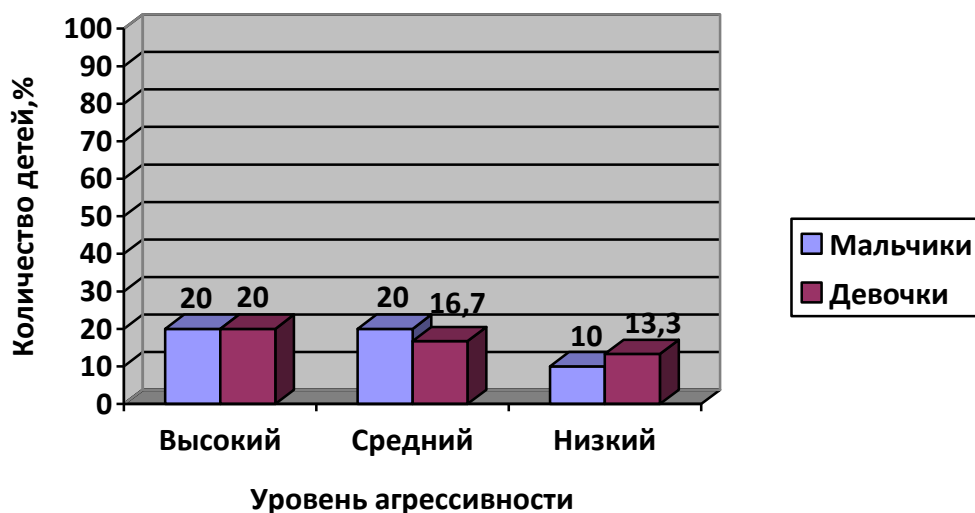


Рис.5. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности мальчиков и девочек по результатам анкетирования воспитателей «Признаки агрессивности»

Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной

высоким уровнем агрессивности обладают по 20% испытуемых (6 мальчиков и 6 девочек), средним уровнем агрессивности – 20% мальчиков (6 человек) и 16,7% девочек (5 детей), низкий уровень агрессивности имеют 10% мальчиков (3 человека) и 13,3 девочек (4 испытуемых). Полученные данные представлены на рис. 5.

На рис. 6 представлены данные распределения выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях по результатам анкетирования детей «Признаки агрессивности» Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной. Высокий уровень агрессивности имеют по 20% испытуемых (6 из полных семей и 6 из неполных), средним уровнем агрессивности – 23,3% детей из полных семей (7 человек) и 13,3% из неполных (4 детей), низкий уровень агрессивности имеют 20% детей из полных семей (6 человек) и 10 из неполных (3 испытуемых).

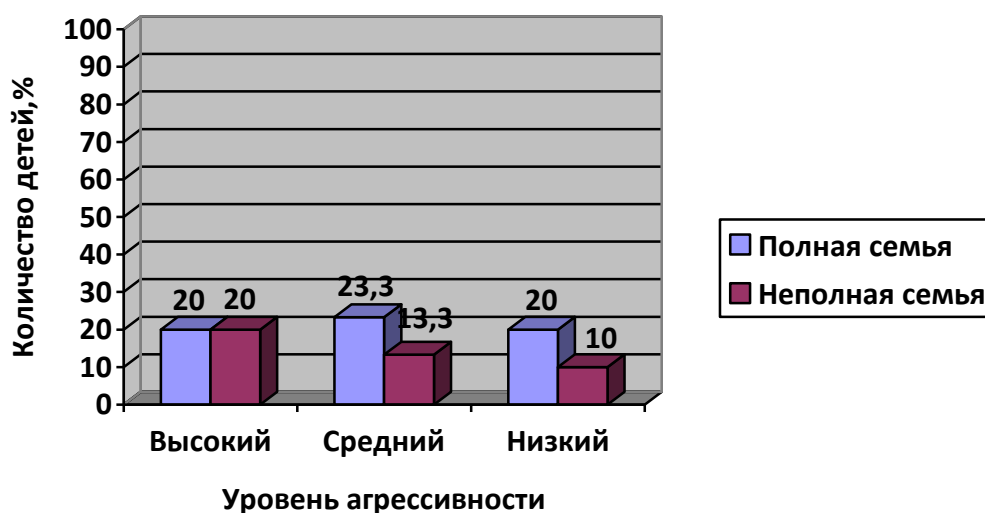


Рис.6. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях по результатам анкетирования воспитателей «Признаки агрессивности»

Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной

Таким образом, анализ полученных данных позволяет выявить группу детей, нуждающихся в психологической коррекции с целью устранения симптомов и причин агрессивности.

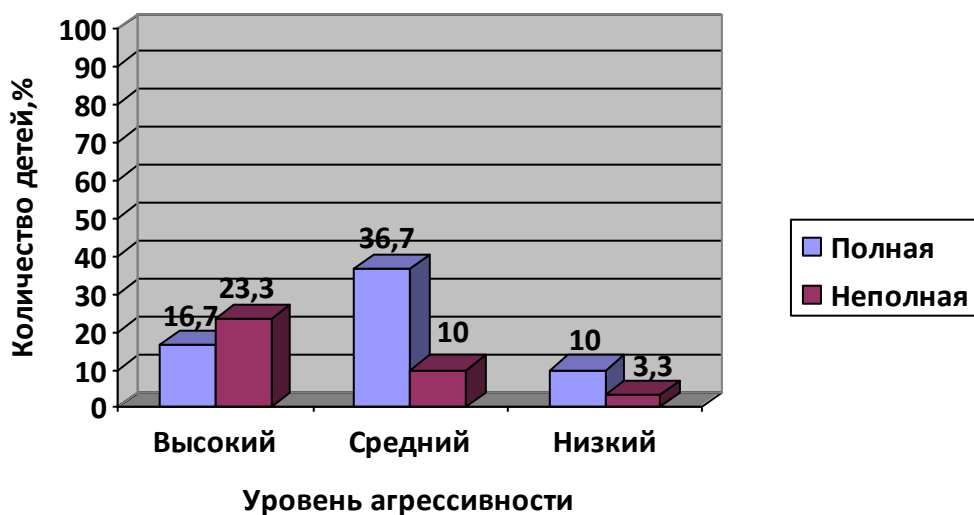


Рис.7. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет по уровням агрессивности в полных и неполных семьях по результатам констатирующего эксперимента.

Стоит отметить, что большее количество детей – 23,3% (7 человек) с высоким уровнем агрессивности воспитываются в неполных семьях.

Для выявления достоверности различий по уровню агрессивности у детей из полных и неполных семей, нами был использован метод математической обработки статистических данных, в частности, использовался U–критерий Манна–Уитни.

Таблица 2

Определение достоверности различий по уровню агрессивности между детьми 6–7 лет из полных и неполных семей по результатам опросника «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басс, А. Дарки)

	Физическая агрессия	Вербальная агрессия	Раздражительность
U–критерий Манна–Уитни	47	61	77.5
Уровень достоверности различий	$P \geq 0,01$	$P \geq 0,05$	–

Так как индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7 (Физическая агрессия; Раздражение; Вербальная агрессия), то U–критерий Манна–Уитни рассчитывался по этим показателям.

Между детьми из полных и неполных семей существуют достоверные различия по уровню вербальной агрессии ($P \geq 0,05$) и физической агрессии ($P \geq 0,01$). По уровню раздражительности достоверных различий не выявлено.

По результатам анкетирования воспитателей «Признаки агрессивности» Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной между детьми из полных и неполных семей существуют достоверные различия по уровню агрессивности (U–критерий=54,5; $P \geq 0,05$).

Определение достоверности различий по уровню агрессивности между детьми из полных и неполных семей по результатам проективной методики «Кактус» (М.А. Панфилова)

	Агрессивность
U–критерий Манна–Уитни	52
Уровень достоверности различий	$P \geq 0,05$

Между детьми из полных и неполных семей существуют достоверные различия по уровню агрессивности ($P \geq 0,05$).

Опираясь на полученные данные, можно говорить о том, что у детей из неполных семей уровень агрессивности достоверности выше, чем у детей из полных семей. Полученные результаты констатирующего эксперимента нами будут учитываться при разработке формирующего эксперимента.

2.3. Коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

Основной целью коррекционно-развивающей программы является снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Программа предназначена для работы с детьми 6–7 лет; оптимальная численность группы: 10–12 человек; продолжительность занятий: 20 минут.

Периодичность занятий – 2 раза в неделю. Программа рассчитана на 12 занятий.

Для того чтобы результат работы с агрессивным ребёнком был устойчивым, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический, а системный, комплексный характер, предусматривающий проработку каждой характерологической особенности данного ребёнка. В противном случае эффект от коррекционной работы будет нестойким.

Основные принципы, на которых строится взаимодействие с ребёнком:

- уважительное отношение к личности ребёнка;
- положительное внимание к внутреннему миру ребёнка;
- безоценочное восприятие личности ребёнка, принятие его в целом;
- сотрудничество с ребёнком – оказание конструктивной помощи в отреагировании проблемных ситуаций и наработке навыков саморегуляции и контроля.

Коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений состоит из 4 блоков:

1 блок – установочный, включает в себя 1 занятие, состоящее из 5 упражнений. Данное занятие направлено на формирование желания взаимодействовать, создание благоприятного психологического климата среди детей.

2 блок – коррекционный, включает в себя 8 занятий и направлен на коррекцию агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей.

3 блок – закрепляющий, включает в себя 1 занятие, целью данного блока является закрепление положительной модели поведения.

4 блок – контрольный, состоит из 2 диагностических занятий и направлен на определение динамики агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей.

Занятия состоят из трёх частей: разминка, основная часть и рефлексия:

1. Разминка – средство воздействия на эмоциональное состояние детей, их активность, настрой на продуктивную совместную деятельность, снятие психоэмоционального напряжения.

2. Основная часть – состоит из совокупности силовых упражнений и психотехнических приемов, направленных на решение задач данного психокоррекционного комплекса.

3. Рефлексия – предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, для чего мы это делали).

Следует отметить, что в каждом блоке коррекционно-развивающей программы структура занятий одинакова.

Структура коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений, представлена в табл. 4.

Таблица 4

Структура коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

1	2	3
Блок	Задачи	Методы и приёмы
1 блок – установочный (1 занятие)	– Формирование желания взаимодействовать – Установление доверительных отношений	«Меня зовут» «Здравствуйте» «Правила в группе» «А я – не тормоз» «Аплодисменты»

1	2	3
2 блок – коррекционный (8 занятий)	–Обучение детей приемлемым способам выражения гнева –Развитие навыков самоконтроля	См. Таблицу 4, Приложение Б
3 блок – закрепляющий (1 занятие)	Закрепление у детей положительной модели поведения	«Дракон ловит свой хвост» «Жужа» «Превратись в игрушку» «Мое настроение» «Аплодисменты»
4 блок – контрольный (2 занятия)	Проследить динамику агрессивного поведения у детей 6–7 лет	Диагностические: Опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басс, А. Дарки) Анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Мониная) Проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова)

В каждом блоке содержатся несколько упражнений, которые были подобраны в соответствии с общей целью блока.

Первый установочный блок состоит из 5 упражнений, основная цель блока: формирование желания взаимодействовать, установление доверительных отношений, подробное описание упражнений представлено в табл. 5.

Описание упражнений первого установочного блока
коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня
агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых
упражнений

1	2	3
Упражнение	Цель	Описание
«Меня зовут»	знакомство с группой, получение первичной информации	Давайте познакомимся. Я предлагаю рассказать вам о себе. Например: «Меня зовут Али и я люблю хоккей».
«Здравствуйтесь»	приветствие, создание благоприятного психологического климата	Участники игры становятся в круг. Ведущий предлагает ребятам поздороваться со своими соседями справа и слева определенным способом. Например, как принято в некоторых странах, при этом он называет страну и принятый способ приветствия. Варианты приветствий: в России принято пожимать друг другу руку; в Италии – горячо обниматься; в Бразилии – хлопать друг друга по плечу; в Зимбабве – трутся спинами; в Македонии – здороваются локтями; в Никарагуа – приветствуют друг друга плечами; у австралийских аборигенов принято тройное приветствие: а) хлопнуть по ладоням; б) подпрыгнуть; с) толкнуть бедром.

1	2	3
«Правила в группе»	установление и закрепление правил работы в группе	<p>Ведущий рассказывает о цели занятий, об их особенностях и предлагает принять определённые правила поведения на занятиях. Каждое правило обсуждается. Добровольность участия: не хочешь говорить или выполнять задание - не делай этого, но сообщи с помощью условного запрещающего знака.</p> <p>Не существует правильных и неправильных ответов. Правильный ответ тот, который выражает твоё мнение. Не выносить информацию за пределы круга. Не обсуждать после занятий. Не лгать. Лучше промолчать. Нельзя оценивать высказывания другого человека, если он сам не просит.</p>
«А я – не тормоз»	выплеск негативных эмоций, снятие агрессии	<p>Участники стоят в кругу, рассчитываются на 1,2,3...по порядку. Запоминают свой номер. Затем в круг встает один из участников и называет два числа, например, 3 и 15. Те, подростки, чьи это номера меняются местами, и тот, кто стоит в кругу пытается тоже встать на место одного из номеров 3 или 15. Кто не успел, остается в кругу и говорит:</p> <p>А я – не тормоз! Все участники: А мы – заметили! Затем он называет два номера и так продолжается игра.</p> <p>Рефлексия: Как чувствовали себя во время игры? Как ощущения тех, кто стоял в кругу?</p> <p>Рефлексия: Что нового вы узнали на занятие? Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?</p>

1	2	3
«Аплодисменты»	завершение занятия на позитивном настрое	Участникам предлагается встать в круг, один из желающих выходит в центр круга, а остальные ему бурно аплодируют. Они продолжают это делать ровно столько, сколько он захочет. Он благодарит группу (говорит «спасибо», кланяется и т. п.) и возвращается в круг. После этого выходит следующий участник. Упражнение поднимает настроение участников порой до уровня восторга и хорошо завершает занятие на эмоциональном уровне.

У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки управления собственным гневом и контроля над ним, обучить детей некоторым приемам саморегуляции, которые позволят им сохранить определенное эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. Важно также, чтобы дети освоили релаксационные техники, поскольку помимо управления негативным состоянием релаксационные техники помогут им снизить уровень личностной тревожности, который у агрессивных детей очень высок.

У агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации.

Помня о положительном воздействии физических упражнений, обучение расслаблению проводится по контрасту с напряжением.

Эмоциональная неуверенность ребенка часто выражается не только в резкой смене и неадекватности реакций, но и в неловких беспокойных движениях, прерывистом сне и т. п.

Ощущение расслабления будет более сильным, если ему предшествовало напряжение. При этом мы постоянно помним о том, что внимание ребенка должно фиксироваться на расслаблении, как приятном состоянии расслабленности и спокойствия.

В табл. 6 представлен пример одного занятия второго блока коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Второй блок включает в себя 8 занятий и направлен на коррекцию агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей, подробное описание занятий представлено в Приложении Б.

Таблица 6

Описание упражнений второго блока коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

1	2	3	4
Занятие	Упражнения	Цель	Описание
1 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге

Продолжение таблицы 6

1	2	3	4
	«Мячик»		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль корпуса. Прыжки на месте с хлопком над головой. Дозировка: 20 повторений.
	«Попрыгунчик»		Прыжок ноги врозь, хлопок руками о бедра; Прыжок ноги вместе, хлопок руками над головой и т.д. Дозировка: 20 повторений.
	«Отжимания»		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Дозировка: девочки – 8 повторений; мальчики – 10 повторений
	«Пресс»		Одновременное сгибание, разгибание туловища в положении лежа на спине Дозировка: девочки – 10 повторений; мальчики – 15 повторений

1	2	3	4
	«Волшебный сон»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	<p>Дети находятся в позе «звезды». Инструктор дает установку: «сейчас, когда я буду читать стихи, ты закроешь глаза. Ты не заснешь по-настоящему. Ты будешь все слышать, но не будешь двигаться и открывать глаза, пока не «проснешься». Внимательно слушай и повторяй про себя мои слова. Шептать не надо. «Волшебный сон закончится тогда, когда я скажу: «Открой глаза». Внимание, наступает «Волшебный сон»:</p> <p>Реснички опускаются..., глазки закрываются... Мы спокойно отдыхаем (2 раза), Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают..., ноги тоже отдыхают..., Отдыхают, засыпают... (2 раза). Шея не напряжена и расслаблена... Губы чуть приоткрываются, Все чудесно расслабляется... (2 раза) Дышится легко..., ровно..., глубоко.... (Длительная пауза. Дети «выходят из волшебного сна».) Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали... (Громко, быстро, энергично:) Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать! Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать.</p>
	Рефлексия	Обратная связь	Что вам понравилось?

Закрепляющий третий блок программы включает в себя 1 занятие, состоящее из 5 упражнений. Целью данного блока является закрепление положительной модели поведения.

Таблица 7

Описание упражнений третьего закрепляющего блока коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

1	2	3
Упражнение	Цель	Описание
«Дракон ловит свой хвост»	Разминка, создание благоприятного психологического климата	Группа встает в колонну, каждый участник держит за пояс стоящего впереди. Начало колонны – это «голова», а конец – «хвост» дракона. «Голова» пытается ухватить «хвост», а тот, естественно, пытается увернуться. При выполнении этого упражнения движется вся колонна, но руки участники не размыкают. Можно повторить игру несколько раз, при этом желательно менять порядок построения участников в колонне.
«Жужа»	учить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они 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.
«Превратись в игрушку»	предоставить детям возможность проявить реальные чувства	Каждый ребенок выбирает из кучи маленьких пластмассовых игрушек, изображающих агрессивных персонажей, ту, в которую он хотел или мог бы превратиться. Затем от имени этой игрушки составляет рассказ.

1	2	3
«Мое настроение»	развивать умение описывать свое настроение, распознавать настроение других, стимулировать эмпатию	Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.
«Аплодисменты»	завершение занятия на позитивном настрое	Участникам предлагается встать в круг, один из желающих выходит в центр круга, а остальные ему бурно аплодируют. Они продолжают это делать ровно столько, сколько он захочет. Он благодарит группу (говорит «спасибо», кланяется и т. п.) и возвращается в круг. После этого выходит следующий участник. Упражнение поднимает настроение участников порой до уровня восторга и хорошо завершает занятие на эмоциональном уровне.

Четвертый блок является контрольным, направлен на оценку эффективности коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений. Данный блок состоит из 2 занятий и направлен на определение изменения в проявлении агрессивного поведения у детей.

2.4. Оценка эффективности коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

Для оценки эффективности коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений на контрольном этапе исследования использовались методики:

- опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки);
- анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Мониная);
- проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

Количественный анализ результатов по методикам был представлен в виде сводной табл. 8.

Таблица 8

Распределение выборочной совокупности детей по методикам, уровням агрессивности и составу семей на контрольном этапе эксперимента

1	2	3									4	
№	Инициалы	Методика/уровни									Полная/неполная семья	
		Опросник «Басса-Дарки»			«Кактус»			Анкета Лютовой Е.К., Мониной Г.Б.				Итог
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н		
Девочки												
1	А.К.		+			+				+	Средний	Полная
2	А.А.			+			+			+	Низкий	Полная
3	А.Т.		+			+		+			Средний	Неполная
4	В.М.		+		+			+			Высокий	Неполная

1	2	3									4	
5	Г.Б.			+		+				+	Низкий	Полная
6	Д.П.		+			+			+		Средний	Неполная
7	Е.К.		+			+			+		Средний	Полная
8	И.П.			+			+			+	Низкий	Полная
9	К.Н.			+		+				+	Низкий	Полная
10	М.Н.	+			+			+			Высокий	Полная
11	Л.М.		+			+			+		Средний	Неполная
12	Л.К.		+		+				+		Средний	Полная
13	М.А.			+		+			+		Средний	Полная
14	М.И.		+			+			+		Средний	Полная
15	М.Е.	+			+			+			Высокий	Полная
Мальчики												
16	Н.К.		+			+			+		Средний	Неполная
17	Н.Ш.			+		+				+	Низкий	Полная
18	О.Р.		+		+			+			Высокий	Полная
19	Р.Ю.			+			+		+		Низкий	Неполная
20	С.З.	+			+			+			Высокий	Неполная
21	С.О.		+			+			+		Средний	Полная
22	К.С.		+			+			+		Средний	Полная
23	М.В.		+				+		+		Средний	Полная
24	Т.Ф.			+			+		+		Низкий	Неполная
25	К.В.		+			+		+			Средний	Полная
26	Е.Д.		+			+			+		Средний	Неполная
27	Д.Л.		+		+			+			Высокий	Неполная
28	Е.В.		+			+				+	Средний	Полная

1	2	3									4	
29	О.К.		+				+			+	Низкий	Полная
30	Ю.Г.	+			+			+			Высокий	Неполная
		4	18	8	8	16	6	9	13	8		

Анализируя данные табл. 8, и сравнивая, полученные в ходе констатирующего и контрольного этапов эксперимента, результаты, мы видим, что:

- количество детей из неполных семей, имеющих высокий уровень агрессивности, снизилось до 36,4% испытуемых (4 ребёнка);
- число дошкольников из неполных семей со средним уровнем агрессивности возросло до 45,4% (5 человек);
- также увеличилось количество детей, имеющих низкий уровень агрессивности до 18,2% (2 человека). Полученные данные представлены на рис. 8.

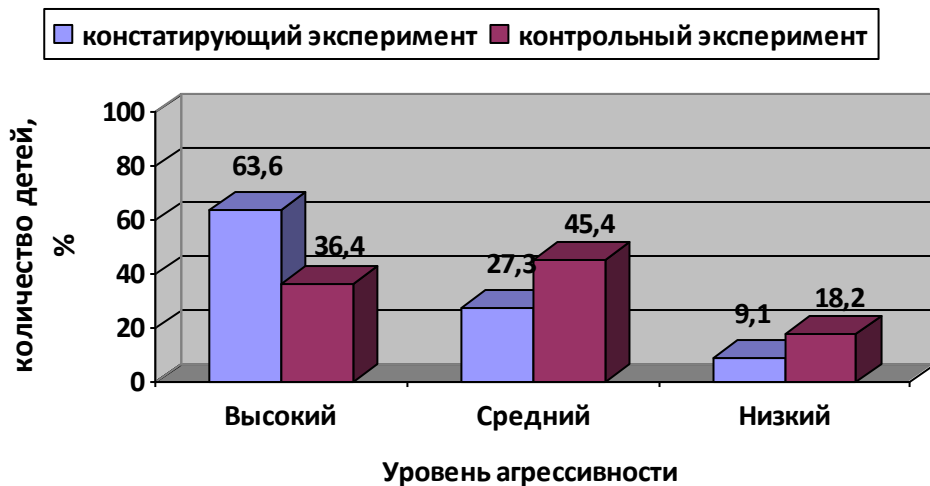


Рис.8. Распределение выборочной совокупности детей 6–7 лет из неполных семей по уровням агрессивности на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Для выявления достоверности различий по уровню агрессивности у детей из полных и неполных семей после реализации формирующего эксперимента, нами был использован также метод математической обработки статистических данных – U–критерий Манна–Уитни.

Таблица 9

Определение достоверности различий по уровню агрессивности между экспериментальной и контрольной группами по результатам опросника «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басса, А. Дарки) на контрольном этапе эксперимента

	Физическая агрессия	Вербальная агрессия	Раздражительность
то U–критерий Манна–Уитни	48,5	63	87.5
Уровень достоверности различий	$P \geq 0,01$	$P \geq 0,05$	–

Так как индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7 (Физическая агрессия; Раздражение; Вербальная агрессия), то U–критерий Манна–Уитни рассчитывался по этим показателям.

Между детьми из полных и неполных семей существуют достоверные различия по уровню физической агрессии ($P \geq 0,01$) и вербальной агрессии ($p > 0,05$). По уровню раздражительности достоверных различий не выявлено.

По результатам анкетирования воспитателей «Признаки агрессивности» Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной достоверных различий не выявлено (U–критерий = 65,5).

Определение достоверности различий по уровню агрессивности между экспериментальной и контрольной группами по результатам проективной методики «Кактус» (М.А. Панфилова) на контрольном этапе эксперимента

	Агрессивность
то U–критерий Манна–Уитни	82,5
Уровень достоверности различий	–

Между детьми из полных и неполных семей достоверных различия по уровню агрессивности достоверных различий не выявлено.

Так как на констатирующем этапе эксперимента по результатам проективной методики «Кактус» были выявлены достоверные различия, а на контрольном этапе эксперимента достоверных различий не выявлено, можно говорить о положительной динамике по данной методике.

Далее мы проводили сравнение показателей агрессивности экспериментальной группы до и после реализации коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений.

Определение достоверности различий по уровню агрессивности детей экспериментальной группы до и после реализации коррекционно-развивающей программы

	Опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басс, А. Дарки)	«Кактус» (М.А. Панфилова)	«Признаки агрессивности» Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной
U-критерий Манна-Уитни	28	55	28,5
Уровень достоверности различий	$P \geq 0,05$	–	$P \geq 0,05$

Между уровнем агрессивности детей из неполных семей на констатирующем и контрольном этапах эксперимента существуют достоверные различия по уровню агрессивности ($P \geq 0,05$).

Таким образом, анализ полученных данных позволяет говорить о положительной динамике изменения агрессивного поведения у детей 6–7 лет. А значит, опираясь на полученные результаты, можно сделать вывод о том, что коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений эффективна, и, следовательно, гипотеза исследования подтвердилась.

Выводы по Главе 2

Нами было проведено исследование уровня агрессивности у детей 6–7 лет из неполных семей и разработка на основе его результатов коррекционно-развивающей программы. Для определения уровня агрессии детей 6–7 лет был подобран диагностический комплекс методик:

- опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басс, А. Дарки);
- анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Моница);
- проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

Анализ полученных данных позволил выявить группу детей, нуждающихся в психологической коррекции с целью устранения симптомов и причин агрессивности. По результатам проведенных методик, было выявлено, что большее количество детей – 63,6% (7 человек) с высоким уровнем агрессивности воспитываются в неполных семьях.

На основе полученных данных констатирующего эксперимента была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений состоит из 4 блоков:

1 блок – установочный, включает в себя 1 занятие, состоящее из 5 упражнений. Данное занятие направлено на формирование желания взаимодействовать, создание благоприятного психологического климата среди детей.

2 блок – коррекционный, включает в себя 8 занятий и направлен на коррекцию агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей.

3 блок – закрепляющий, включает в себя 1 занятие, целью данного блока является закрепление положительной модели поведения.

4 блок – контрольный, состоит из 2 диагностических занятий и направлен на определение динамики агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей.

Сравнивая, полученные в ходе констатирующего и контрольного этапов эксперимента, результаты, мы видим, что:

- количество детей из неполных семей, имеющих высокий уровень агрессивности, снизилось с 63,6% до 36,4% испытуемых (4 ребёнка);
- число дошкольников из неполных семей со средним уровнем агрессивности возросло с 27,3% до 45,4% (5 человек);
- также увеличилось количество детей, имеющих низкий уровень агрессивности с 9,1% до 18,2% (2 человека).

Для выявления достоверности различий по уровню агрессивности у детей 6–7 лет из неполных семей после реализации формирующего эксперимента, нами был использован метод математической обработки статистических данных – U-критерий Манна–Уитни.

Между уровнем агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей на констатирующем и контрольном этапах эксперимента существуют достоверные различия по уровню агрессивности ($P \geq 0,05$).

Таким образом, анализ полученных данных позволяет говорить о положительной динамике изменения агрессивного поведения у детей 6–7 лет. А значит, опираясь на полученные результаты, можно сделать вывод о том, что коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений эффективна, и, следовательно, гипотеза исследования подтвердилась.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Следует различать понятия «агрессия» и «агрессивность». Агрессия – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее ущерб людям [27]. Агрессивность – намерение, состояние, предшествующее агрессивному действию. А само агрессивное действие – это поведение человека, которое направлено на причинение вреда другим людям.

Семья является важнейшим фактором формирования эмоциональной сферы ребенка. По определению Н.Я. Соловьева «семья – малая социальная группа, важнейшая форма, организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т.е. на отношениях между мужем и женой, родителями и детьми и других, живущих вместе и ведущих общее хозяйство» [51].

Неполная семья – нуклеарная семья, в которой отсутствует один из супругов и в которой дети находятся на иждивении и воспитании одного родителя [14].

Дети из неполных семей имеют менее благополучную картину эмоционально-личностной сферы в сравнении со сверстниками из полных семей. Такие дети замкнуты, застенчивы, менее эмоциональны, они не уверены в своих силах, порой не верят в свои возможности. Они часто проводят время наедине с самими собой, и это их вполне устраивает. Дети из неполных семей раньше становятся самостоятельными.

Агрессивное поведение детей в неполной семье можно объяснить, с одной стороны, отсутствием примеров нормативного мужского поведения и смещением представлений о поведенческих нормах в сторону преувеличенной жесткости и даже жестокости. С другой стороны, его

агрессивность может быть защитой или протестом против неполноценного, на взгляд ребенка, семейного окружения.

У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки управления собственным гневом и контроля над ним, обучить детей некоторым приемам саморегуляции, которые позволят им сохранить определенное эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. У детей с повышенным уровнем агрессии отмечается высокий уровень мышечного напряжения, что может привести к психосоматической патологии. Спорт – лучший способ сублимированного выхода агрессии. В связи с этим регулярные физические упражнения могут значительно снизить уровень агрессивности. Силовые упражнения – это упражнения, или комплекс упражнений, направленные на развитие мышечной силы. Сила – способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных сокращений (Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов). Однако значение силовых упражнений для отреагирования, сублимации агрессии очень высоко.

Однако не стоит забывать, что силовые упражнения являются эффективными только при условии сочетания с психологической коррекцией.

Теоретический анализ научной и методической литературы по теме исследования показал, что для правильной и успешной организации коррекционно-развивающей работы необходимо выявить уровень проявления и причины агрессивности в поведении детей 6–7 лет.

В связи с этим было организовано и проведено исследование, цель которого – диагностика уровня агрессивности у детей 6–7 лет.

Исследование проводилось в три этапа:

1 этап – констатирующий, цель которого – выявление признаков агрессивного поведения у детей 6–7 лет;

2 этап – формирующий, целью которого является разработка и внедрение комплекса силовых упражнений, способствующего снижению уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей;

3 этап – контрольный, целью которого является выявление эффективности и результативности экспериментальной программы на основе положительной динамики поведения детей 6–7 лет.

Экспериментальная работа проводилась на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №XX» (далее – МБОУ СШ № XX) г. Красноярска.

Экспериментальная выборка составила: 30 детей старшего дошкольного возраста (6–7 лет), из них 15 мальчиков и 15 девочек, 11 детей из неполных семей.

Коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений состоит из 4 блоков:

1 блок – установочный, включает в себя 1 занятие, состоящее из 5 упражнений. Данное занятие направлено на формирование желания взаимодействовать, создание благоприятного психологического климата среди детей.

2 блок – коррекционный, включает в себя 8 занятий и направлен на коррекцию агрессивного поведения у детей 6–7 лет из неполных семей.

3 блок – закрепляющий, включает в себя 1 занятие, целью данного блока является закрепление положительной модели поведения.

4 блок – контрольный, состоит из 2 диагностических занятий и направлен на определение динамики агрессивного поведения у детей.

Занятия состоят из трёх частей: разминка, основная часть и рефлексия

Для оценки эффективности коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных

семей посредством силовых упражнений на контрольном этапе исследования использовались методики:

- опросник «Методика диагностики состояния агрессии» (А. Басс, А. Дарки);
- анкета «Признаки агрессивности» (Е.К. Лютова, Г.Б. Моница);
- проективная методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

В ходе эксперимента количество детей из неполных семей, имеющих высокий уровень агрессивности, снизилось до 36,4% испытуемых (4 ребёнка), число дошкольников из неполных семей со средним уровнем агрессивности возросло до 45,4% (5 человек), также увеличилось количество детей, имеющих низкий уровень агрессивности до 18,2% (2 человека).

Для выявления достоверности различий по уровню агрессивности у детей из неполных семей после реализации формирующего эксперимента, нами был использован метод математической обработки статистических данных – U-критерий Манна–Уитни.

Между уровнем агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей на констатирующем и контрольном этапах эксперимента существуют достоверные различия по уровню агрессивности ($P \geq 0,05$).

Таким образом, анализ полученных данных позволяет говорить о положительной динамике изменения агрессивного поведения у детей 6–7 лет. А значит, опираясь на полученные результаты, можно сделать вывод о том, что коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений эффективна, и, следовательно, гипотеза исследования подтвердилась.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. 4-е изд., стереотип. М.: Издательский центр «Академия», 1999. 672 с.
2. Агеева, О.В. Влияние неполной семьи на развитие личности ребенка (половозрастной аспект) // Материалы межрегиональной межвузовской научно-практической конференции (г. Пермь, 2003 г.). Пермь: ПГПУ, 2003. С. 505–512 .
3. Антонов А.И. Медков В.М. Социология семьи. М.: Проспект, 1996. 355 с.
4. Астапов В.Н. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал, 1992. Т.13, № 5. С. 24–32.
5. Битянова М.Р. Социальная психология: наука, практика и образ мыслей: Учебное пособие. М.: Изд-во ЭКСМО, Пресс, 2001. 576 с.
6. Брель Е.Ю. Социально-психологические факторы формирования тревожности у младших школьников и пути ее профилактики и коррекции. Кемерово, 1999. 122 с.
7. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб, Речь, 2007. 97 с.
8. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения. М.: Педагогика, 1990. 204 с.
9. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Основные направления современной психотерапии. М.: «Когито-Центр», 2000 г. С. 26–38.
10. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд-во МГУ, 1976. 120 с.

11. Гарбузов В.И. Нервные дети: Советы врача. Л.: Медицина, 1990. 176 с.
12. Гиппенрейтер Ю.Б. Как общаться с ребенком? М.: Сфера. 2003. 300 с.
13. Григорьева С.Т. Дети после развода // Семья и школа. 1995. № 5. С. 13–19.
14. Дементьева И.Ф. Негативные факторы воспитания детей в неполной семье // Социология семьи. № 6. 2001. С. 25–31.
15. Ермолаева М.В. Психология развития. М.: Московский психолого-социальный институт. Воронеж. Издательство НПО «МОДЭК», 2010. 336 с.
16. Ефимкина Р.П. Детская психология. Новосибирск. Научно-учебный центр психологии НГУ, 1995. 42 с.
17. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб: «Издательство союз», 2000. 79 с.
18. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб. Союз, 2000. 57 с.
19. Зимняя И.А. Семья как объект социальной работы // Социальная работа. Выпуск № 7. 1993. С. 71–81.
20. Изард К. Эмоции человека / Под ред. Л.Я. Гозмана, М.С. Егоровой; Вступительная статья А.Е. Ольшанниковой. Пер. с англ. М.: Изд-во МГУ, 1980. 204 с.
21. Коломинский Я.П. Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция // Я.П. Коломинский, Е.А. Панько, С.А. Игумнов. СПб: Питер, 2004. 480 с.
22. Королева С.А. Психологические особенности образа себя и образа родителей у детей старшего дошкольного возраста после развода родителей // Психологическая наука и образование 2003. № 4. С. 12–19.

23. Кочубей Б.И., Новикова Е.В, Эмоциональная устойчивость школьника. М.: Просвещение, 1988. 218 с.
24. Лютова К.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб, Речь, 2005. 109 с.
25. Немировский К. Мама и я - неполная семья // Психолог в детском саду, 2006. № 4. С. 23–29.
26. Немов Р.С. Психология: учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн // Общие основы психологии. 2-е изд., М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. Кн. 1. 576 с.
27. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология: учебник. М.: Российское педагогическое агентство. 1996. 374 с.
28. Общая психология: учебник / Под ред. Р.Х. Тугушева, Е.И. Гарбера, М.: Изд-во Эксмо, 2006. 560 с.
29. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии / Пер. с англ. М.: Класс, 1997. 214 с.
30. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Виллюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во Москва, 1984. 288 с.
31. Практическая психология: учебно-методическое пособие / Под. Ред. доктора психологических наук, профессора С.В. Кондратьевой. Мн.: Ред. Журн. «Адаптация и выживание», 1997. 212 с.
32. Прихожан А.М. Психологическая природа и возрастная динамика тревожности. Личностный аспект: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 1996. 204 с.
33. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
34. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: учебное пособие. М.: ВЛАДОС, 1996. 529 с.
35. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. Перевод с польск. Общ. редакция О.В. Овчинниковой. М.: Прогресс, 1979. 392 с.

36. Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. 96 с.
37. Собкин В.С. Социология семейного воспитания: дошкольный возраст//Труды по социологии образования. Том VII. Выпуск XII. Мю: Центр социологии образования РАО, 2002. 247 с.
38. Спиваковская А.С. Как быть родителями. М., 1979. 154 с.
39. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. М.: МГУ, 1988. 48 с.
40. Усанова О.Н. Дети с проблемами психического развития. М.: НПЦ «Коррекция», 1995. 208 с.
41. Фромм Э. Душа человека. М.: Республика, 1992. С. 13–108.
42. Бурмеская Г.В. Хрестоматия по детской психологии: учебное пособие для студентов. М.: Институт практической психологии, 1996. 264 с.
43. Хоментаскас Г.Т. Семья глазами ребенка. М.: Педагогика, 1989. 160 с.
44. Хорни К. Тревожность // Собр. соч. в 3 томах. М.: Смысл, 1997. Т.2. С. 174–180.
45. Худик В.А. Психологическая диагностика детского развития: методы исследования. 1992. 121 с.
46. Хухлаева О.В. Лесенка радости. М.: Педагогика 2000. 80 с.
47. Хрузман Т.П. Эмоции, речь, активность мозга ребенка. М.: Педагогика, 1991. 531 с.
48. Чиркова Т.И. Психологическая служба в детском саду: Учебное пособие для психологов и специалистов дошкольного образования. М.: Педагогическое общество России, 1998. 255 с.
49. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). М.: Гардарики. 2005. 349 с.

50. Щербатых Ю.В. Физиология и психология стресса. М.: Природа. 2000. № 5. С. 61–67.

51. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. В.В. Лебединский, О.С. Никольская, и др. М.: Изд-во МГУ, 1990, 437 с.

52. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии. М., 1981. 138 с.

53. Эльконин Д.Б. Детская психология. Развитие ребенка от рождения до 7 лет. М.: Учпедгиз, 1990. 98 с.

54. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика / Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова. Академия, 2004. 284 с.

Приложение А

Анкета для учителя «Признаки агрессивности»

(Е.К. Лютова, Г.Б. Моница)

№	Утверждение о ребенке	Да	Нет
1	Временами в него вселяется «злой дух»		
2	Он не может промолчать, когда чем-то недоволен		
3	Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же		
4	Иногда ему без всякой причины хочется выругаться		
5	Бывает, что он с удовольствием ломает вещи и рвет книги		
6	Иногда он так настаивает на своем, что окружающие теряют терпение		
7	Он не прочь подразнить животных		
8	Очень сердится, когда кто-то подшучивает над ним		
9	Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать что-нибудь плохое, шокировать окружающих		
10	В ответ на обычные просьбы стремится все сделать наоборот		
11	Часто бывает ворчлив		
12	Всегда воспринимает себя как самостоятельного и решительного человека		
13	Любит быть первым, командовать, подчинять себе волю других		
14	Неудачи вызывают у него сильное раздражение, он начинает искать виноватых		
15	Легко ссорится, часто вступает в драки		
16	Старается общаться с младшими и физически более слабыми детьми		
17	У него нередко бывают периоды мрачной раздражительности		
18	Он часто не считается со сверстниками, не уступает, не делится		
19	Он всегда уверен, что любое задание выполнит лучше других		

Оценка результатов:

Положительный ответ по каждому утверждению оценивается в 1 балл. Подсчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, может быть отнесено к вашему ребенку.

15 – 19 баллов – высокий уровень агрессивности.

7 – 14 баллов – средний уровень агрессивности.

1 – 6 баллов – низкий уровень агрессивности.

Приложение Б

Описание занятий второго блока коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений

1	2	3	4
Занятие	Упражнения	Цель	Описание
1 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Мячик»		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль корпуса. Прыжки на месте с хлопком над головой. Дозировка: 20 повторений.

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	«Попрыгунчик»		Прыжок ноги врозь, хлопок руками о бедра; Прыжок ноги вместе, хлопок руками над головой и т.д. Дозировка: 20 повторений.
	«Отжимания»		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Пресс»		Одновременное сгибание, разгибание туловища в положении лежа на спине Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений

Продолжение приложения Б

1	2	3	4
	«Волшебный сон»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	<p>Дети находятся в позе «звезды». Инструктор дает установку: «сейчас, когда я буду читать стихи, ты закроешь глаза. Ты не заснешь по-настоящему. Ты будешь все слышать, но не будешь двигаться и открывать глаза, пока не «проснешься». Внимательно слушай и повторяй про себя мои слова. Шептать не надо. «Волшебный сон закончится тогда, когда я скажу: «Открой глаза». Внимание, наступает «Волшебный сон»:</p> <p>Реснички опускаются..., глазки закрываются....</p> <p>Мы спокойно отдыхаем (2 раза), Сном волшебным засыпаем.</p> <p>Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают..., ноги тоже отдыхают...,</p> <p>Отдыхают, засыпают... (2 раза).</p> <p>Шея не напряжена и расслаблена... Губы чуть приоткрываются, Все чудесно расслабляется... (2 раза)</p> <p>Дышится легко..., ровно..., глубоко....</p> <p>(Длительная пауза. Дети «выходят из волшебного сна».)</p> <p>Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали....</p> <p>(Громко, быстро, энергично:)</p> <p>Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!</p> <p>Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем.</p> <p>Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать.</p>
	Рефлексия	Получение обратной связи	<p>Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?</p>

Продолжение приложения Б

1	2	3	4
2 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: "европейцев", "японцев" и "африканцев". Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми "своим способом": "европейцы" пожимают руку, "японцы" кланяются, "африканцы" трутся носами.
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	Выпады на месте		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль тела. Шаг вперед, присесть на нее. Дозировка: 10-12 повторений сначала с одной, затем с другой ноги
	Приседания		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль тела. Приседание на месте, руки вытягиваются вперед. Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений
	«Лягушка»		Упор присев; упор лежа; упор присев; основная стойка. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Бабочка»		Выпрыгивания из приседа с хлопком над головой Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Давай поругаемся!»		Снятие психоэмоционального напряжения
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
3 занятие	Приветствие «Как здороваются олени»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Вы знаете, как здороваются олени? Давайте поздороваемся: ушками, носиком, глазками, плечиками и. т.д. А теперь как люди - пожмем друг другу руки.
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Качели»		Исходное положение — стоя, руки опущены. Поднимите правое плечо, дотроньтесь плечом до мочки уха. Голову наклонять нельзя. Зафиксируйте положение. Опустите плечо, просто бросьте его вниз. То же самое повторите с левым плечом. Повторяйте упражнение до тех пор, пока не появится ощущение тяжести в плечах. Дозировка: 10-12 повторений на каждое плечо
	«Подъемный кран»		Исходное положение: сидя. Спина прямая. Поднимите ноги перед собой, так, чтобы они были параллельны полу. Держите до тех пор, пока хватает сил.
	«Лодочка»		Исходно положение: лежа на животе. Одновременное поднимание рук и ног вверх. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	Приседания		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль тела. Приседание на месте, руки вытягиваются вперед. Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	«Котик»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	Дети находятся на ковре. Под спокойную музыку дети придумывают сказку про котика, который: Нежится на солнышке, Потягивается, Умывается, Царапает лапками с коготками коврик.
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?
4 занятие	Приветствие «Здравствуй, мне очень нравится...»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Участники вправе сами закончить беседу по своему усмотрению, но начало диалога должно быть именно таким: «Здравствуй, мне очень нравится...»
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Отжимания»		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Пресс»		Одновременное сгибание, разгибание туловища в положении лежа на спине Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений
	«Бабочка»		Выпрыгивания из приседа с хлопком над головой Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Лодочка»		Исходно положение: лежа на животе. Одновременное поднятие рук и ног вверх. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	«Зоопарк»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	Дети «превращаются» в животных, в тех, в кого захотят сами. Сначала все сидят на стульях («в клетках»). Каждый ребенок изображает свое животное, другие угадывают, кого он изображает. После того как всех «узнали», клетки открываются, и «звери» выходят на свободу: прыгают, бегают, рычат, кричат.
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?
5 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения, а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибется, выбывает из игры, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д.
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Хлопок под коленом»		Из исходной позиции необходимо поднять одну ножку, согнутую в коленном суставе. Затем сделать хлопок под коленом. Вернуться в начальное положение. То же самое выполнить с другой ногой.
	«Зайчик»		Исходное положение: упор присев, руки на затылке. Прыжки в упоре присев, с поступательным продвижением вперед. Спину держать ровно. Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	«Крокодильчик»		В упоре лёжа, передвигаться вперёд на одних руках. Избегайте прогиба в пояснице, ногами не помогать. Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений
	«Ножницы»		Лёжа на спине в упоре на предплечьях, ноги слегка приподняты над уровнем пола. Поочередно делать скрёстные движения выпрямленными ногами.
	«Добрые привидения»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	Ведущий предлагает детям поиграть роль добрых приведений, чтобы немного похулиганить и слегка попугать друг друга. По хлопку ведущего нужно согнуть руки в локтях, растопырив пальцы и произносить страшным голосом звук «ууу».
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?
6 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Лягушка»		Упор присев; упор лежа; упор присев; основная стойка. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Бабочка»		Выпрыгивания из приседа с хлопком над головой Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	Выпады на месте		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль тела. Шаг вперед, присесть на нее. Дозировка: 10-12 повторений сначала с одной, затем с другой ноги
	«Лодочка»		Исходно положение: лежа на животе. Одновременное поднимание рук и ног вверх. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Выбиваем пыль»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько ее «почистить».
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?
7 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Пресс»		Одновременное сгибание, разгибание туловища в положении лежа на спине Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений
	«Качели»		лёжа на животе, удерживать руки вдоль торса, ноги немного разведены. Взяться руками за голени ног, прогнуться и покачаться. Дозировка: 10 повторений

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
	«Отжимания»		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	Приседания		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль тела. Приседание на месте, руки вытягиваются вперед. Дозировка: девочки- 10 повторений; мальчики- 15 повторений
	«Прогулка на велосипеде»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	Дети лежат на спине, поза «Звезды». Звучит музыка. Инструктор начинает описывать ситуацию во всех подробностях, как будто это происходит на самом деле: Утро. Прекрасная солнечная погода. Я еду на велосипеде по широкой ровной дороге. Вокруг красивые цветущие кусты сирени. Они благоухают. Щебечут птицы. Солнышко пригревает все сильнее и сильнее. Я чувствую его тепло на ногах, туловище, руках, шее, лице. Тепло растекается по всему моему телу. Я абсолютно спокоен и уверен в себе. Все неприятности уходят, настроение чудесное. Я улыбаюсь и радость улыбки дарю всем окружающим. Я еду ровно и красиво, спокойно и уверенно держу руль. Не спеша кручу педали. Все прекрасно!
	Рефлексия	Получение обратной связи	Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Продолжение приложение Б

1	2	3	4
8 занятие	«Приветствие»	Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение	Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: "европейцев", "японцев" и "африканцев". Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми "своим способом": "европейцы" пожимают руку, "японцы" кланяются, "африканцы" трутся носами.
	«Разминка»	Снижение мышечного напряжения, высвобождение негативных эмоций	Вращение руками вперед/назад, наклоны головой вперед/назад, влево/вправо, вращение туловищем, наклоны вперед, к левой/правой ноге
	«Мячик»		Исходное положение: ноги вместе, руки вдоль корпуса. Прыжки на месте с хлопком над головой. Дозировка: 20 повторений.
	«Отжимания»		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Дозировка: девочки- 8 повторений; мальчики- 10 повторений
	«Подъемный кран»		Исходное положение: сидя. Спина прямая. Поднимите ноги перед собой, так, чтобы они были параллельны полу. Держите до тех пор, пока хватает сил.
	«Лодочка»		Исходно положение: лежа на животе. Одновременное поднимание рук и ног вверх. Дозировка: девочки – 8 повторений; мальчики – 10 повторений

1	2	3	4
	«Волшебный сон»	Снятие напряжения и расслабление отдельных частей тела	<p>Дети находятся в позе «звезды». Инструктор дает установку: «сейчас, когда я буду читать стихи, ты закроешь глаза. Ты не заснешь по-настоящему. Ты будешь все слышать, но не будешь двигаться и открывать глаза, пока не «проснешься». Внимательно слушай и повторяй про себя мои слова. Шептать не надо. «Волшебный сон закончится тогда, когда я скажу: «Открой глаза». Внимание, наступает «Волшебный сон»:</p> <p>Реснички опускаются..., глазки закрываются....</p> <p>Мы спокойно отдыхаем (2 раза), Сном волшебным засыпаем.</p> <p>Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают..., ноги тоже отдыхают...,</p> <p>Отдыхают, засыпают... (2 раза).</p> <p>Шея не напряжена и расслаблена... Губы чуть приоткрываются, Все чудесно расслабляется... (2 раза)</p> <p>Дышится легко..., ровно..., глубоко....</p> <p>(Длительная пауза. Дети «выходят из волшебного сна».)</p> <p>Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали....</p> <p>(Громко, быстро, энергично:)</p> <p>Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!</p> <p>Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем.</p> <p>Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать.</p>
	Рефлексия	Получение обратной связи	<p>Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?</p>

Лист нормоконтроля

Обучающийся Исмаилов Аши Саадиевич
фамилия, имя, отчество

Тема ВКР: Снижение агрессивности —
детей 6-7 лет у неполных семей
посредством физических упражнений

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер 24.05.2018, А. А. Абуева
(подпись, дата) (расшифровка подписи)

РЕЦЕНЗИЯ
на магистерскую диссертацию
ИСМАИЛОВА АЛИ АЛАДДИНОВИЧА
«СНИЖЕНИЕ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ
СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ»

Число детей с высоким уровнем агрессивности ежегодно только увеличивается. Влияние структурных и динамических характеристик семьи на развитие агрессивности у детей еще недостаточно изучено, остро стоит вопрос разработки оптимальной стратегии психологической коррекции детской агрессивности с привлечением семьи. В связи с этим тема диссертационного исследования является весьма актуальной.

Научный аппарат сформулирован грамотно.

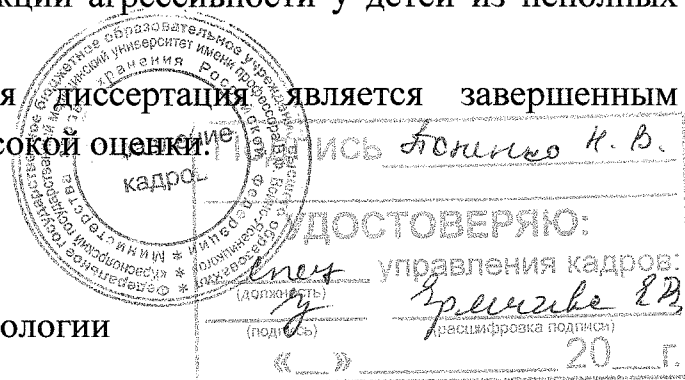
В теоретической части магистрантом рассмотрены основные формы проявления агрессивности у детей, изучена неполная семья как фактор агрессивности, а также отражены возможности использования силовых упражнений как средства снижения агрессивности у детей за счет механизма сублимации. Раскрыты основные понятия заявленной темы диссертационного исследования. Содержание теоретической части структурировано, выводы полные.

В практической части магистрант отразил результаты эмпирического исследования агрессивности у детей из неполных семей, на основе которых была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений. Контрольный эксперимент подтвердил эффективность предложенной коррекционно-развивающей программы. Выводы по результатам проведенного эксперимента аргументированы. Логическая последовательность изложения содержания магистерской диссертации соблюдена.

Несомненным преимуществом данной работы является новизна подхода к психологической коррекции агрессивности у детей из неполных семей.

Рецензируемая магистерская диссертация является **завершенным научным трудом** и заслуживает **высокой оценки**.

Рецензент:
к.п.н., доц. каф. клинической психологии
и психотерапии с курсом ПО
КрасГМУ им. В.Ф. Войно-Ясенецкого



Н.В. Попенко

ОТЗЫВ
на магистерскую диссертацию
ИСМАИЛОВА АЛИ АЛАДДИНОВИЧА
«СНИЖЕНИЕ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ ИЗ НЕПОЛНЫХ
СЕМЕЙ ПОСРЕДСТВОМ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ»

Диссертационное исследование посвящено достаточно актуальной проблеме, так как число детей с высоким уровнем агрессивности ежегодно растет, а эффективных методов коррекции агрессивности до настоящего времени нет. В данной работе Али Аладдинович синтезировал свой опыт по физическому воспитанию и опыт, приобретенный в магистратуре по психолого-педагогическому сопровождению семьи, что нашло отражение в теме магистерской диссертации.

В теоретической части рассмотрены виды проявления агрессивности у детей, неполная семья как фактор агрессивности и силовые упражнения как средство снижения агрессивности у детей. Логическая последовательность изложения материала соблюдена.

В практической части магистрант представил результаты исследования агрессивности у детей из неполных семей, на основе которых была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение уровня агрессивности детей 6–7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений. Контрольный эксперимент подтвердил эффективность данной программы. Выводы по результатам проведенного эксперимента полны и аргументированы.

Исследовательская работа магистрантом проводилась планомерно, систематически, промежуточные результаты предоставлялись научному руководителю своевременно. Исмаилов А.А. проявил себя как ответственный исследователь с выраженным познавательным интересом. За период написания магистерской диссертации Али Аладдинович опубликовал две научные статьи по теме исследования.

Научный руководитель:
к.пс.н., доц. каф. психологии детства
КГПУ им. В.П. Астафьева



Ж.Г. Василькова

Согласие
на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Исмаилов Акил Агаджанович

{фамилия, имя, отчество}

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра / специалиста / магистра / аспиранта

{нужное подчеркнуть}

на

тему:

Снижение агрессивности детей 6-7 лет из неблагополучных семей посредством вербальных упражнений

{название работы}

(далее - ВКР) в сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

4 июня 2018г.

дата



подпись

Отчет о проверке на заимствования №1

Автор: mr.ali.ismailov.1994@mail.ru / ID: 3159436

Проверяющий: mr.ali.ismailov.1994@mail.ru / ID: 3159436

Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»- <http://www.antiplagiat.ru>

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 26
 Начало загрузки: 09.06.2018 15:38:43
 Длительность загрузки: 00:00:02
 Имя исходного файла: Исмаилов А.А.
 Снижение агрессивности детей 6-7 лет из неполных семей посредством силовых упражнений
 Размер текста: 1359 кБ
 Символов в тексте: 166110
 Слов в тексте: 20091
 Число предложений: 1541

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Последний готовый отчет (ред.)
 Начало проверки: 09.06.2018 15:38:46
 Длительность проверки: 00:00:04
 Комментарии: не указано
 Модули поиска:

ЗАИМСТВОВАНИЯ	ЦИТИРОВАНИЯ	ОРИГИНАЛЬНОСТЬ
9,97%	0%	90,03%

Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.
 Цитирования — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты; общеупотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.

Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.

Источник — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.

Оригинальность — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которым шла проверка, по отношению к общему объему документа.

Заимствования, цитирования и оригинальность являются отдельными показателями и в сумме дают 100%, что соответствует всему тексту проверяемого документа.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности заимствований или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

№	Доля в отчете	Доля в тексте	Источник	Ссылка	Актуален на	Модуль поиска	Блоков в отчете	Блоков в тексте
[01]	0%	3,6%	Сравнительный анализ агре...	http://knowledge.allbest.ru	раньше 2011	Модуль поиска Интернет	0	33
[02]	3,5%	3,5%	Сравнительный исследован...	http://bibliofond.ru	20 Июн 2014	Модуль поиска Интернет	28	28
[03]	1,7%	1,78%	Влияние семейного положе...	http://bibliofond.ru	раньше 2011	Модуль поиска Интернет	12	13

Еще источников: 17

Еще заимствований: 4,77%