**Занятия с элементами тренинга по профилактике насилия**

**(дошкольный возраст)**

В современном обществе остро стоит проблема жестокого обращения с несовершеннолетними. Проблема насилия над детьми приобретает все большее социальное и научное значение.

**Насилие** – любая форма взаимоотношений, направленная на установление или удержание контроля над другим человеком.

Детство является таким этапом в жизни человека, когда формируется здоровье, закладываются личностные свойства и ценности, определяющие качество его будущей жизни. Дошкольный возраст – это период, в течение которого ребенок находится в полной зависимости от окружающих его взрослых – родителей, педагогов. И в то же время это период, когда ребенок в силу своего социального статуса находится в зависимости от взрослых, нуждается в их поддержке и защите. Но в суровой действительности многие дети переживают насилие, становятся свидетелями и жертвами физических, сексуальных и эмоциональных злоупотреблений со стороны взрослых.

Любое насилие воздействует непосредственно на психику и способно вызвать психическую травму, причинив тем самым серьёзный вред здоровью личности, в особенности, детей. Поэтому так важно уделять внимание профилактике насилия и жестокого обращения в отношении детей.

**Занятие №1**

**Цель:** профилактика насилия и жестокого обращения в отношении детей.

**Задачи:**

* способствовать формированию у детей представлений о правилах безопасного поведения при общении с незнакомыми людьми;
* способствовать развитию осмотрительности в общении с незнакомыми людьми;
* воспитывать самостоятельность, осторожность.

***Возрастная категория:*** средний дошкольный возраст (4-5 лет) и старший дошкольный возраст (5-7 лет).

***Количество участников:*** 2 – 15 человек.

**Правила группы:**

- Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами встретились, чтобы немного поговорить, поиграть и лучше узнать друг друга, но, чтобы было весело играть, пять правил нужно выполнять:

* игру всем вместе начинать,
* по очереди отвечать, друг друга не перебивать,
* активным быть, все выполнять,
* по имени всех называть,
* друг над другом не смеяться и чаще улыбаться.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время** | **Необходимый материал** |
| 1) Начало |
| * 1. Самопрезентация
 | 1 минута | − |
| 1.2. Приветствие (знакомство): упражнение «Мяч» | 3 минуты | − |
| 1.3 Формирование правил | 1 минута | − |
| 2) Основная часть |
| 2.1 Упражнение «По приметам» | 2 минуты | − |
| 2.2 Сказка «Красная Шапочка» | 10 минут | Распечатанный текст |
| 3) Завершение |
| 3.1 Упражнение «Мое настроение» | 3 минуты | Листы в виде кружочков, ручки |

**1.2 Упражнение «Мяч»**

*Цель:* приветствие (знакомство).

*Ход упражнения:* каждый ребёнок по очереди по кругу передает мяч, тот у кого мяч, называет своё имя и говорит с каким настроением он сегодня пришел на занятие.

**2.1 Упражнение «По приметам»**

*Цель:* эмоциональная разрядка.

*Ход упражнения:* ведущий читает текст стихотворения, а дети выполняют сказанное в стихотворении, если это соответствует им.

Текст стихотворения:

Тот, кто любит сливы есть,

Пусть поднимется со стульев здесь.

Тот, кто любит кушать груши,

Пусть потрёт скорее уши

Кто весёлый озорник,

тот покажет мне язык.

У кого собака есть,

нужно на пол быстро сесть

Кто тут любит есть конфеты,

тот похлопает коленки.

У кого есть дома кошка,

Тот попрыгает немножко.

*— Ребята, тема нашего занятия «Сказки учат многому…». Ещё в народе говорят: «Сказка ложь да в ней намек – добрым молодцам урок». Сейчас мы с Вами разберемся действительно ли так.*

**2.2 Сказка «Красная шапочка»**

*Цель:* формирование у детей представлений о правилах безопасного поведения при общении с незнакомыми людьми.

*Ход упражнения:* чтение сказки «Красная шапочка» (Шарль Перро).

**Красная шапочка**

Жила-была в одной деревне маленькая девочка, такая хорошенькая, что лучше ее и на свете не было. Мать любила ее без памяти, а бабушка еще больше.

Ко дню рождения подарила ей бабушка красную шапочку. С тех пор девочка всюду ходила в своей новой, нарядной красной шапочке.

Соседи так про нее и говорили:

— Вот Красная Шапочка идет!

Как-то раз испекла мама пирожок и сказала дочке:

— Сходи-ка ты, Красная Шапочка, к бабушке, снеси ей этот пирожок и горшочек масла да узнай, здорова ли она.

Собралась Красная Шапочка и пошла к бабушке в другую деревню.

Идет она лесом, а навстречу ей — серый Волк. Очень захотелось ему съесть Красную Шапочку, да только он не посмел — где-то близко стучали топорами дровосеки.

Облизнулся Волк и спрашивает девочку:

— Куда ты идешь, Красная Шапочка?

А Красная Шапочка еще не знала, как это опасно — останавливаться в лесу и разговаривать с волками. Поздоровалась она с Волком и говорит:

— Иду к бабушке и несу ей вот этот пирожок и горшочек масла.

— А далеко ли живет твоя бабушка? — спрашивает Волк.

— Довольно далеко, — отвечает Красная Шапочка.

— Вон в той деревне, за мельницей, в первом домике с краю.

— Ладно, — говорит Волк, — я тоже хочу проведать твою бабушку. Я по этой дороге пойду, а ты ступай по той. Посмотрим, кто из нас раньше придет.

Сказал это Волк и побежал, что было духу по самой короткой дорожке.

А Красная Шапочка пошла по самой длинной дороге. Шла она, не торопясь, по пути то и дело останавливалась, рвала цветы и собирала в букеты.

Не успела она еще и до мельницы дойти, а Волк уже прискакал к бабушкиному домику и стучится в дверь:

— Тук-тук!

— Кто там? — спрашивает бабушка.

— Это я, внучка ваша, Красная Шапочка, — отвечает Волк тоненьким голоском. — Я к вам в гости пришла, пирожок принесла и горшочек масла.

А бабушка была в это время больна и лежала в постели. Она подумала, что это и в самом деле Красная Шапочка, и крикнула:

— Дерни за веревочку, дитя мое, дверь и откроется!

Волк дернул за веревочку — дверь и открылась.

Бросился Волк на бабушку и разом проглотил ее. Он был очень голоден, потому что три дня ничего не ел.

Потом закрыл дверь, улегся на бабушкину постель и стал поджидать Красную Шапочку.

Скоро она пришла и постучалась:

— Тук-тук!

— Кто там? — спрашивает Волк.

А голос у него грубый, хриплый.

Красная Шапочка испугалась было, но потом подумала, что бабушка охрипла от простуды и оттого у нее такой голос.

— Это я, внучка ваша, — говорит Красная Шапочка. — Принесла вам пирожок и горшочек масла.

Волк откашлялся и сказал потоньше:

— Дерни за веревочку, дитя мое, дверь и откроется.

Красная Шапочка дернула за веревочку — дверь и открылась.

Вошла девочка в домик, а Волк спрятался под одеяло и говорит:

— Положи-ка, внучка, пирожок на стол, горшочек на полку поставь, а сама приляг рядом со мной. Ты верно очень устала.

Красная Шапочка прилегла рядом с волком и спрашивает:

— Бабушка, почему у вас такие большие руки?

— Это чтобы покрепче обнять тебя, дитя мое.

— Бабушка, почему у вас такие большие глаза?

— Чтобы лучше видеть, дитя мое.

— Бабушка, почему у вас такие большие зубы?

— А это чтоб скорее съесть тебя, дитя мое!

Не успела Красная Шапочка и охнуть, как злой Волк бросился на нее и проглотил с башмачками и красной шапочкой.

Но, по счастью, в это самое время проходили мимо домика дровосеки с топорами на плечах.

Услышали они шум, вбежали в домик и убили Волка. А потом распороли ему брюхо, и оттуда вышла Красная Шапочка, а за ней и бабушка — обе целые и невредимые.

***Вопросы для обсуждения:***

1. Куда мама отправила Красную Шапочку?
2. Какой наказ дала мама девочке?
3. Послушала ли Красная Шапочка маму?
4. К чему привело непослушание девочки?
5. Как надо было поступить Красной Шапочке, чтобы не попасть в лапы волка?

**3.1 Упражнение «Мое настроение»**

*Цель:* завершение занятия, получение обратной связи.

*Ход упражнения:* детям выдаются листы в форме кружочков и предлагается нарисовать на них смайлик с тем настроением, которое они испытывают оп итогам занятия.

**Занятие №2**

**Цель:** развитие навыков выражения негативного эмоционального состояния социально приемлемыми способами.

**Задачи:**

* способствовать развитию у детей понимания эмоций и чувств других людей;
* формировать навыки адекватного выражения своих эмоций;
* воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

***Возрастная категория:*** средний дошкольный возраст (4-5 лет) и старший дошкольный возраст (5-7 лет).

***Количество участников:*** 2 – 15 человек.

**Правила группы:**

- Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами встретились, чтобы немного поговорить, поиграть и лучше узнать друг друга, но, чтобы было весело играть, пять правил нужно выполнять:

* игру всем вместе начинать,
* по очереди отвечать, друг друга не перебивать,
* активным быть, все выполнять,
* по имени всех называть,
* друг над другом не смеяться и чаще улыбаться.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время** | **Необходимый материал** |
| 1) Начало |
| * 1. Самопрезентация
 | 1 минута | − |
| 1.2 Приветствие (знакомство): упражнение «Имя-герой» | 2 минуты | − |
| 1.3 Формирование правил | 1 минута | − |
| 2) Основная часть |
| 2.1«Пиктограммы» | 5 минут | Кубик с эмоциями |
| 2.2 «Маленькое приведение» | 2 минуты | − |
| 2.3 «Стиральная машинка» | 3 минуты | − |
| 3) Завершение |
| 3.1 Сказка «Дедушкин сундук» |  6 минут | Распечатанный текст |

**1.2 Упражнение «Имя-герой»**

*Цель:* приветствие(знакомство).

*Ход упражнения:* каждый ребёнок по кругу называет своё имя и любимого героя из мультфильма, книги или фильма.

**2.1 Упражнение «Пиктограммы»**

*Цель:* развитие способности правильно выражать свои эмоции и чувства и понимать эмоции и чувства других.

*Ход упражнения:* детям показывается кубик с различными эмоциями. В начале все с помощью психолога пытаются определить и показать личиком эмоции, которые изображены на кубике. Затем каждый ребёнок по очереди бросает кубик, чтобы никто не видел, и показывает эмоцию, которая ему выпала. А зрители должны угадать, какую эмоцию им показывают.

**2.2 Упражнение «Маленькое приведение»**

*Цель:* развитие навыков выражения агрессии в приемлемой форме.

*Ход упражнения:* ведущий говорит: «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем ребятами!».

**2.3 Упражнение «Стиральная машинка»**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения, развитие навыков саморегуляции.

*Ход упражнения:* дети выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу – это барабан стиральной машины. Один ребёнок встаёт в начале шеренги – это «вещь», которую необходимо отмыть. По «включению» машинки вещичка начинает двигаться внутри шеренги, а все остальные ребята её «стирают» (легонько жмут, теребят). Важно следить, чтобы дети делали это не больно. А в конце шеренги последняя пара – это сушилка. Они гладят вещичку. Игра продолжается до тех пор, пока через «стиральную машину» не пройдёт каждый участник игры.

**3.1. Сказка «Дедушкин сундук»**

*Цель:* закрепление полученных знаний.

*Ход упражнения:* чтение сказки «Дедушкин сундук».

**Дедушкин сундук**

В углу огромного деревенского дома стоял дедушкин сундук. Когда-то давно дедушка складывал туда разные рыбацкие принадлежности: крючки, поплавки, самоловки и другие нужные мелочи. Сейчас дедушка перестал ловить рыбу, и его сундуком завладели внуки. Они с удовольствием открывали сундук, перебирали дедушкины вещицы, спрашивали об их назначении, а иногда что-то брали с собой на рыбалку.

Однажды в дом залетел рыжий шмель.

- Жу-жу, давай знакомиться, - сказал он сундуку, - я шмель. Зовут меня Жу-жу – никому не принадлежу, если что – укушу.

- Какое странное имя, - сказал сундук, - ну, Жу-жу мне понятно. Это потому что жужжишь. А откуда вторая часть твоего имени?

- А я не люблю, когда мной командуют. Если что, кусаюсь. Поэтому живу один. Это лучше, чем кто-то командовать будет.

Сундук задумался.

- А мною кто-нибудь командует?

- Конечно, - ответил жук. – Вот пацаны тебя то открывают, то закрывают. А ты всё терпишь.

- Да я же сундук. Во мне вещи сложены, - ответил сундук. Но задумался.

- Пора мне, - зажужжал жук, - засиделся я с тобой.

В окно подул свежий ветерок, но сундук не заметил его. Он продолжал думать.

- Всё, команд больше не потерплю, - решил он, - а то хотят – открывают, хотят – закрывают. Безобразие!

И начал он жить по-другому. Открывают ребята его – он их замком царапнет. Закрывают – по пальцам стукнет. Они кричат. А он думает:

- Вот хорошо, пусть почувствуют, кто в доме хозяин.

А потом и вовсе решил замок сломать. Побегали вокруг него ребята. Попробовали разные ключи в него засовывать. Не помогло. Надоело это им. Побежали в футбол играть. А вскоре в город уехали – пора было в школу.

Остался сундук один. Никто не командует. А только тоскливо стало ему, пусто на душе. Стал он вспоминать, как ласково касались его знакомые руки, как звучали весёлые голоса. И вдруг понял он, как он любит ребят и дорожит ими, как мечтает поделиться с ними теми богатствами, которые хранит.

- Только пусть приедут, - молил он, - сразу раскроюсь им.

Так и произошло. В какой-то невероятно противный серый день в комнату вбежал один из мальчиков.

- Ой, сундук, - позвал он брата, - здесь много ценного.

А сундук счастливо открывал для ребят все свои самые потаённые уголки.

***Вопросы для обсуждения:***

1. Про что Вы только что прослушали сказку?
2. Как себя вел сундук?
3. Что плохого делал сундук?
4. Что произошло, после того, как сундук решил никого не слушаться?
5. Как нужно себя вести, чтобы с Вами хотели дружить?

**Занятие №3**

**Цель:** развитие навыков выражения негативного эмоционального состояния социально приемлемыми способами.

**Задачи:**

* обучить детей способам выражения негативных чувств без вреда для окружающих;
* способствовать умению снижать уровень эмоционального напряжения через физическую релаксацию;
* способствовать развитию навыков адекватного, конструктивного поведения;
* способствовать развитию доброжелательного отношения к друг другу.

***Возрастная категория:*** средний дошкольный возраст (4-5 лет) и старший дошкольный возраст (5-7 лет).

***Количество участников:*** 2 – 15 человек.

**Правила группы:**

- Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами встретились, чтобы немного поговорить, поиграть и лучше узнать друг друга, но, чтобы было весело играть, пять правил нужно выполнять:

* игру всем вместе начинать,
* по очереди отвечать, друг друга не перебивать,
* активным быть, все выполнять,
* по имени всех называть,
* друг над другом не смеяться и чаще улыбаться.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время** | **Необходимый материал** |
| 1) Начало |
| 1.1 Самопрезентация  | 1 минута | − |
| 1.2 Приветствие (знакомство): упражнение «Передай улыбку по кругу» | 3 минуты | − |
| 1.3 Формирование правил | 1 минута | − |
| 2) Основная часть |
| 2.1«Сердитый дог Буль» | 3 минуты | Распечатанный текст |
| 2.2 «Вырази чувство глазами» | 4 минуты | − |
| 2.3 «Шкала злости» | 3 минуты | Мишень, мешочек с фасолью |
| 2.4. «Дыхательная гимнастика» | 3 минуты | − |
| 3) Завершение |
| 3.1 «Лучики солнышка» |  2 минуты | − |

**1.2 Упражнение «Передай улыбку по кругу»**

*Цель:* приветствие (знакомство).

*Ход упражнения:* ведущий произносит: «У меня сегодня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу» (ведущий улыбается, рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

**2.1 Сказка «Сердитый дог Буль»**

*Цель:* введение (профилактика агрессивного поведения).

*Ход упражнения:* чтение сказки «Сердитый дог Буль»

**Сердитый дог Буль**

Дог Буль всегда рычал. Кого ни увидит, сразу свои зубы скалит и глаза таращит. Это для того, чтобы его все боялись. Подзывает он как-то к себе утенка Крячика:

— Иди сюда.

— А не укусишь? — спросил утенок.

— Очень мне надо тебя кусать!

Остановился утенок возле Буля, а тот спрашивает:

— У тебя много друзей?

— Много! Вот считай: цыпленок Фью, корова Мурена, козленок Мармеладик, поросенок.

— Хватит, — перебил его Буль. — Ты скажи мне лучше, почему это так получается: у тебя, такого крошечного и слабенького, столько друзей, а у меня, такого большого и сильного нет ни одного?

— Вот еще! — замахал крылышками утенок. — Кто же согласиться дружить с таким злым и вредным псом? Вот если ты прекратишь на всех бросаться, лаять и пугать, тогда другое дело!

— *Вот так бывает и с детьми. Тот, кто злится и вредничает, может остаться без друзей. Давайте мы с вами попробуем угадать, какие глаза были у сердитого дога Буля научим щенка не злится?*

**2.2 Упражнение «Вырази чувство глазами»**

*Цель:* развитие способности правильно выражать свои эмоции и чувства и понимать эмоции и чувства других.

*Ход упражнения:* каждый ребенок задумывает какое-либо чувство и старается выразить его только глазами. Другие дети пытаются угадать, кто какое чувство выражает.

**2.3 Упражнение «Шкала злости»**

*Цель:* снятие эмоционального напряжения, развитие навыков саморегуляции.

*Ход упражнения:* ведущий крепит к стене мишень и берет в руки мешочек, заполненный фасолью, и произносит: «Нужно попасть в мишень. Главное — это сила, с которой вы бросаете мешочек. Она должна быть такой же, как ваше раздражение или злость. Вспомните ситуации, когда вы были раздражены, слегка злились. Теперь вы по очереди будете брать мешочки и произносить фразу «Я слегка разозлилась (ся), когда…» и несильно бросать его в мишень. (Например: «Я разозлилась сильнее, когда меня толкнули», бросаю мешочек в мишень с большей силой. «Я разозлилась очень сильно, когда мне не дали игрушку, в которую я очень хотела поиграть».)

**2.4 Упражнение «Дыхательная гимнастика»**

*Цель:* обучение способам релаксации, снятие эмоционального напряжение.

*Ход упражнения:* ведущий читает текст стихотворения, а дети выполняют сказанное в стихотворении:

А теперь мы неспеша

Будем правильно дышать.

Раз, два, три, четыре, пять!

Все умеем мы считать,

Отдыхать умеем тоже.

Руки за спину положим,

Голову поднимем выше

И легко, легко подышим.

(вдох через нос, долгий выдох через рот)

**3.1 Упражнение «Лучики солнышка»**

*Цель:* завершение занятия, формирование положительного настроя.

*Ход упражнения:* дети вместе с ведущим образуют круг, протягивают одну руку в центр, укладывая ладошки, друг на друга, как лучики солнышка. Ведущий произносит: «Мы – лучики одного большого доброго солнышка. Своим светом мы радуем других, а своим теплом согреваем всё вокруг. Давайте все вместе согреем друг друга объятиями» (дети совместно с ведущим обнимаются одним большим кругом).

**Занятие №4**

**Цель:** профилактика насилия и жестокого обращения в отношении детей.

**Задачи:**

* способствовать формированию у детей представлений о правилах безопасного поведения при общении с незнакомыми людьми;
* способствовать развитию осмотрительности в общении с незнакомыми людьми;
* воспитывать самостоятельность, осторожность.

***Возрастная категория:*** средний дошкольный возраст (4-5 лет) и старший дошкольный возраст (5-7 лет).

***Количество участников:*** 2 – 15 человек.

**Правила группы:**

- Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами встретились, чтобы немного поговорить, поиграть и лучше узнать друг друга, но, чтобы было весело играть, пять правил нужно выполнять:

* игру всем вместе начинать,
* по очереди отвечать, друг друга не перебивать,
* активным быть, все выполнять,
* по имени всех называть,
* друг над другом не смеяться и чаще улыбаться.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Время** | **Необходимый материал** |
| 1) Начало |
| 1.1 Самопрезентация  | 1 минута | − |
| 1.2 Приветствие (знакомство): упражнение «Комплименты» | 2 минуты | − |
| 1.3 Формирование правил | 1 минута | − |
| 2) Основная часть |
| 2.1 Мультфильм «Петушок-золотой гребешок» (по мотивам русской народной сказки в обработке А. Толстого) | 13 минут | Проектор/телевизор/ компьютер |
| 3) Завершение |
| 3.1 Рефлексия  |  3 минуты | − |

**1.2 Упражнение «Комплименты»**

*Цель:* приветствие (знакомство).

*Ход упражнения:* каждый ребенок по очереди обращается к соседу справа/слева по имени и говорит, что ему нравится в его соседе («Мне нравится в тебе…»).

— *Ребята! Мы живем в мире, где много разных людей, хороших и плохих. Хорошие люди заботятся о детях, любят, оберегают их, хотят, чтобы вы выросли здоровыми, умными, добрыми. Но, к сожалению, есть и люди, которые творят зло. Это опасные люди. Они могут притворяться ласковыми, приветливыми, любящими, пытаясь обидеть и похитить детей.*

*Ребята, какие взрослые могут быть опасными? (люди неприятной внешности, неопрятно одетые и т.д.).*

*Всегда ли приятные внешне и красивые люди добрые? Чтобы ответить на данный вопрос, предлагаю посмотреть мультфильм «Петушок-золотой гребешок».*

**2.1 Мультфильм «Петушок-золотой гребешок» (по мотивам русской народной сказки в обработке А. Толстого)**

*Цель:* профилактика половой неприкосновенности, обучение умению говорить: «Нет».

*Ход упражнения:* просмотр и обсуждение мультфильма.

***Вопросы для обсуждения:***

1. Какой в мультфильме Петушок? *(непослушный, доверчивый)*

2. Какая в мультфильме Лиса? *(обманщица, хитрая, злая)*

3. Страшная ли Лиса в мультфильме, испугались бы Вы её?

4. Что помогло Лисе заманить Петушка в свои лапы? *(её хитрость, ласковый голос, угощение)*

5. Как бы следовало поступить Петушку в ситуации, когда Лиса заговорила с ним? *(уверенно говорить: «Нет», не реагировать на подкупы Лисы)*

6. Правильно ли сделал Петушок, что громко кричал и звал на помощь своего друга?

**3.1 Рефлексия**

*Цель:* завершение занятия, подведение итогов.

*Ход упражнения:* дети высказываются о том, что они нового и полезного узнали из занятия, что им понравилось, а что нет.