**ИГРЫ И ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ ДЛЯ СНЯТИЯ АГРЕССИИ**

1. Очень полезны для снятия агрессии игры с водой, песком, глиной. Летом разрешите даже очень маленькому ребёнку повозиться в песке, в воде. В холодное время года это можно заменить купанием в ванне. Дети с удовольствием переливают воду из одной ёмкости в другую. Обеспечьте им условия для этого занятия.
2. Хорошо снимает напряжение лепка из глины и пластилина. Начинайте обучать мять в кулачке пластилин, глину как можно раньше. Не бойтесь, что малыш испачкается или весь дом будет в пластилине. Просто будьте рядом и обучайте его с самого начала соблюдению определённых правил лепки (на картонке, в одном месте).

3. Подвижные игры. Учите малыша снимать напряжение через направленную игру: догонялки, прыгалки, зарядка.

4. Массаж. Перед сном, после купания делайте малышу лёгкий массаж спины, ножек, ручек, лица. Если на что-то ребёнок реагирует отрицательно, то не стоит настаивать. Делайте то, что ему приятно.

5. Рисование красками, лучше пальчиками, хорошо снимает напряжение, создаёт положительный эмоциональный настрой. Будьте готовы к тому, что одежду ребёнка придётся стирать. Лучше такие рисунки делать на большом листе бумаги или старых обоях.