

Шумкина Мария Александровна

руководитель методического объединения, учитель

МБОУ «СОШ №6»

г. Новокузнецка, Кемеровская область

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ У ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ В РАМКАХ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ

***Аннотация:** статья посвящена развитию эмоционально-волевой сферы обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Раскрываются основные направления коррекционно-развивающих занятий: эмоциональная регуляция, волевая регуляция и социальная адаптация. Приводятся примеры упражнений и игр для формирования у детей умения распознавать и контролировать эмоции, ставить цели, преодолевать трудности и взаимодействовать с окружающими. Описаны методы коррекции: игровая терапия, арт-терапия, когнитивно-поведенческая терапия, релаксационные техники и физическая активность. Подчеркивается роль занятий в повышении самооценки, уверенности и успешной социализации детей с ОВЗ.*

***Ключевые слова:** эмоционально-волевая сфера, дети с ОВЗ, коррекционно-развивающие занятия, эмоциональная регуляция, волевая регуляция, социальная адаптация, игровая терапия, арт-терапия.*

Развитие эмоционально-волевой сферы обучающихся с ОВЗ является важной задачей коррекционно-развивающих занятий. Эта сфера включает в себя способность управлять своими эмоциями, контролировать импульсивные реакции, проявлять настойчивость в достижении целей и адаптироваться к различным ситуациям. Для детей с ограниченными возможностями здоровья развитие этих навыков имеет особое значение, поскольку помогает им справляться с трудностями, возникающими в процессе обучения и социальной адаптации.

Основные направления развития эмоционально-волевой сферы:

Эмоциональная регуляция

Это умение осознавать и контролировать свои эмоции, выражать их адекватным образом и реагировать на эмоциональные состояния окружающих. Занятия включают игры и упражнения, направленные на обучение распознаванию эмоций, управлению ими и развитию эмпатии.

Примеры упражнений:

Игра «Угадай эмоцию»: дети учатся определять эмоции по мимике и жестам.

Ролевые игры: моделирование различных ситуаций, связанных с проявлением эмоций.

Волевая регуляция

Способность ставить цели, планировать действия и преодолевать трудности на пути к достижению результата. Это важно для формирования самостоятельности и ответственности.

Примеры упражнений:

Задания на выполнение сложных заданий с постепенным увеличением сложности.

Игры, требующие концентрации внимания и терпения.

Социальная адаптация

Обучение взаимодействию с окружающими, формирование коммуникативных навыков и умения строить отношения.

Примеры упражнений:

Совместные проекты и групповая работа.

Тренинги по решению конфликтов и налаживанию контактов.

Методы коррекции и развития:

Игровая терапия: использование игр для обучения социальным нормам и правилам поведения.

Арт-терапия: творчество помогает детям выразить свои чувства и мысли, развивает воображение и креативность.

Когнитивно-поведенческая терапия: изменение негативных установок и моделей поведения через осознанное восприятие реальности.

Релаксационные_техники: дыхательные упражнения, медитация и йога помогают снизить уровень стресса и тревоги.

Физическая_активность: спорт способствует укреплению нервной системы и улучшению общего самочувствия.

Заключение:

Коррекционно-развивающие занятия играют ключевую роль в формировании эмоционально-волевой сферы учащихся с ОВЗ. Они способствуют повышению уровня самооценки, уверенности в себе и успешному взаимодействию с окружающим миром.

Список литературы

1. Манелис Н.Г. Развитие эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья : учеб. пособие / Н.Г. Манелис, С.Н. Костромина. – М. : Издательство Московского университета, 2018.
2. Семаго М.М. Диагностика и коррекция нарушений эмоционально-волевого развития у детей дошкольного возраста : методическое руководство / М.М. Семаго, Н.Я. Семаго. – СПб. : Речь, 2018.