

## **Обогащение эмоциональной сферы у воспитанников с ТМНР**

Выделяют основные виды своеобразных эмоциональных процессов и состояний, выполняющих различную роль в регулировании деятельности и общения человека. Принимая в расчет низкий уровень сформированности мыслительных операций (анализа, синтеза, сравнения) у обучающихся с ТМНР, восприятие и проявление этих эмоций происходит неточно и искажено. Учитывая структуру нарушения развития, необходимо проводить занятия с целью обогащения эмоциональной сферы, в которые, включены игры и игровые упражнения.

### ***Игры и упражнения***

#### *Игра «Давай поздороваемся»*

- Здравствуйте. Сядьте на стулья, возьмитесь за руки, нежно пожмите друг другу руки и улыбнитесь своему соседу. А теперь закройте глаза и посидите тихо. Мы вместе, мы дружные, мы все здесь!
- Рукопожатием мы поприветствовали друг друга. А знаете ли вы, что когда мы приветствуем друг друга и говорим «здравствуй», то желаем здоровья! Поэтому, здороваясь друг с другом, надо говорить вежливо, с уважением.

#### *Упражнение «Передаем чувства»*

*Инструкция:* «Сейчас вместе с этим мячиком мы будем передавать любому из сидящих в кругу какое-то чувство, изображая его с помощью рук, позы, темпа, выражения лица. Тот, кто получает «чувство» попробует отгадать и сказать нам, что за чувство он получил».

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли тебе было выражать то чувство, которое ты хотел передать?
2. Поняли ли то чувство, которое ты хотел выразить?
3. Как приняли то чувство, которое передал?
4. Что при этом ты чувствовал?
5. Легко ли тебе было принимать то чувство, которое тебе передавали?

б. Какие чувства, чаще звучали в нашей группе? Какие чувства (почти) не выражались в нашей группе?

Примечание психолога: следить за тем, чтобы каждый обучающийся получил мячик-чувство. Это упражнение может быть, как разговор о том, как другие воспринимают проявление наших чувств – понимают, но не принимают.

### *Упражнение «Музыка и эмоции»*

Прослушав музыкальный отрывок, обучающиеся описывают настроение музыки, какая она: веселая - грустная, довольная, сердитая, смелая - трусливая, праздничная - будничная, задушевная - отчужденная, добрая - усталая, теплая - холодная, ясная - мрачная. Это упражнение способствует не только развитию понимания передачи эмоционального состояния, но и развитию образного мышления.



### *Релаксация «На полянке»*

«На полянке» (выполняется под релаксационную музыку)

Цель - снятие эмоционального напряжения.

Процедура проведения. Психолог «Представьте себе лесную полянку, на которой растет мягкая травка-муравка. Давайте ляжем на нее, как на перинку. Вокруг все спокойно и тихо, вы дышите ровно и легко. Над вами склоняет голову полевой цветок, слышится пение птиц, стрекотание кузнечиков. Вы чувствуете, как нежные лучики солнца гладят ваш лоб, щеки, дотрагиваются до рук, гладят ваше тело. Лучики гладят... (имя обучающегося), ласкают... (имя следующего обучающегося и т.д.). Вам хорошо, приятно. Теперь потянитесь и на счет «три» откройте глаза. Вы чудесно отдохнули».

### *Упражнение «Эстафета дружбы»*

Взяться за руки и передавать, как эстафету рукопожатие. Начинает педагог: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Леши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же он вас не покидает и греет.

