



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование адекватной самооценки у младших школьников с
ОВЗ методом арт-терапии

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология и педагогика инклюзивного образования»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
67,06 % авторского текста

Выполнил (а):
студент (ка) группы ЗФ/510-098-5/1
Илинзер Валентина Николаевна

Работа рекоменд. к защите
рекомендована / не рекомендована
«23» 06 2021 г.
зав. кафедрой ТиПП
[подпись] Кондратьева О.А.

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент кафедры ТиПП
Мельник Елена Викторовна

Челябинск
2021

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ	
1.1 Проблема самооценки в научных исследованиях.....	8
1.2 Особенности самооценки у младших школьников с ОВЗ.....	17
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	33
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	40
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ	
3.1 Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.....	47
3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента.....	55
3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики психологической диагностики адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.....	82
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты констатирующего эксперимента.....	87
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.....	89

ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты формирующего эксперимента.....	100
---	-----

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. На современном этапе развития общества особенно остро стоит проблема воспитания духовно и интеллектуально развитой личности. В становлении личности самооценка занимает далеко не последнее место. Для психологов и педагогов все более очевидным становится тот факт, что самооценка ребенка, его отношение к себе и восприятие себя во многом определяют его поведение и успеваемость.

Педагог должен помочь, направить в нужное русло процесс формирования и становления самооценки. Изучение и формирование самооценки является психолого-педагогическим условием интенсификации процесса обучения. Для этого необходимо использовать возможности учебной и внеучебной деятельности младших школьников.

Исследование самооценки является одной из проблем психологической науки и наиболее подробно освещается в трудах отечественных психологов Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, А.В. Захаровой, И.С. Кона, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В.В. Столина, И.И. Чесноковой и др., а также в работах зарубежных психологов Р. Бернса, У. Джемса, Ю. Келли и др.

В современном обществе проблема детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) остается актуальной, так как количество таких детей растет. Особую важность приобретает проблема самооценки: понимание себя как личности, своих качеств, отношения к себе окружающих и причин такого отношения.

Самооценка человека – это его самоощущение, отношение к себе и представление о себе. Это так называемая база, фундамент, основа личности. И складывается она из образа собственного «Я». Формирование этого «Я» начинается с рождения и зависит от отношения к ребенку сначала родителей, потом окружающих людей. Созревая постепенно,

ребенок начинает задумываться: «Какой Я», «Кто Я»? И в первую очередь его мнение о себе, его самооценка, складывается из совокупности мнений о нем окружающих людей, о его внешности, состоянии здоровья, способностях, недостатках, характере [55, с. 138].

Проблемы с самооценкой у детей с ОВЗ сегодня не редкость. Авторитарность воспитания со стороны родителей и педагогов становится главной причиной пониженной самооценки детей, что ведет к появлению неуверенных в себе людей.

Давно известно, как разрушительно действует на любого человека внушение ему низкой самооценки. Часто дети с ОВЗ чувствуют, что они не такие как все. Самооценка у таких детей чаще понижена, чем наоборот. Неправильная самооценка может привести к большим личностным и коммуникационным нарушениям. Поэтому одним из направлений работы психолога является повышение самооценки ребенка с ОВЗ, изменение его самосознания.

Особенности использования арт-терапии рассматриваются в работах современных педагогов – психологов С.В. Ершовой, Л.В. Игнатъевой М. Мордивенцевой, А.В. Молодняковой, С.Ю. Никитиной, Г.М. Якименко и др., которые в своей работе используют разнообразные методы арт-терапии (музыкотерапия, изотерапия, сказкотерапия, театрализованную деятельность).

В связи с актуальностью данной проблемы определена тема выпускной квалификационной работы: «Формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Объект исследования: самооценка младших школьников с ОВЗ.

Предмет исследования: формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Гипотеза исследования: уровни самооценки у младших школьников с ОВЗ изменится, если разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Задачи исследования:

1. Изучить феномен «самооценка» в психолого-педагогической литературе.
2. Раскрыть психологические особенности самооценки у младших школьников с ОВЗ.
3. Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
8. Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- деятельностный подход, признающий деятельность ведущим условием полноценного развития и саморазвития личности (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин, Э.Г. Юдин и др.);
- личностно-ориентированный и субъектный подходы, предполагающие активную помощь в развитии способности совершенствования и достижения высшего оптимального уровня индивидуализации детей (А.В. Брушлинский, А.Л. Журавлев, В.В. Знаков, И.Б. Котова, В.А. Петровский, З.И. Рябикина, Е.А. Сергиенко, И.С.

Якиманская и др.);

- теоретические положения отечественных психологов о феномене самооценки (О.А. Белобрыкина, Н.Ю. Будич, М.И. Буянова, И.В. Вайнер, В.Б. Высоцкий, Е.В. Головина, И.Л. Зиновьева, И.Г. Скотникова, Е.А. Серебрякова, О.В. Соловьева, О.А. Федосенко).

В ходе эксперимента использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам:

- методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская);

- методика «Какой я?» (Р.С. Немов);

- методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан).

3. Метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: МБОУ СОШ № 115 г. Челябинска. В исследовании принимали участие младшие школьники 1-А класса в количестве 20 человек с задержкой психического развития.

Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка используемой литературы, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

1.1 Проблема самооценки в научных исследованиях

Самооценка, как психологическая категория, очень важна для детального рассмотрения, так как играет одну из главных ролей в личностном становлении. Такие великие советские психологи и ученые как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.Г. Спиркин приложили много усилий для изучения этого феномена. Несмотря на то, что понятие «самооценка» является простым для понимания, требуется четкое, структурированное определение. Так что же такое самооценка? Что долгие годы являлось объектом изучения больших умов человечества и не перестает интересовать отечественных и зарубежных исследователей, и по сей день?

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам выявить множество различных определений самооценки, ведь каждый автор по-своему трактует самооценку, исходя из выделенных им особенностей.

Благодаря различным исследованиям отечественных и зарубежных психологов, можно охарактеризовать самооценку как структурное образование самосознания личности. Ведь самооценка, как итоговый результат рефлексии собственного «Я», позволяет проанализировать, насколько реальное поведение человека соответствует идеалам, принципам и желаниям. Следовательно, самооценка в широком смысле слова – это компонент самосознания, включающий знания о себе и оценку человеком своих способностей, нравственных качеств, поступков.

В узком смысле, самооценка обозначает отношение уровня притязаний и уровня возможных или реальных достижений [63, с. 50].

Самооценка определяется через соответствие между реальным и идеальным «Я». Разница между этими критериями «Я» не только

демонстрирует уровень самооценки, но и контролирует поведение человека. Чем больше реальное «Я» отличается от идеального, тем вероятнее, что уровень самооценки человека будет низким. И наоборот, незначительные отличия реального и идеального «Я» свидетельствуют о высоком уровне самооценки. Проанализировав вышеизложенное, можно сделать вывод, что самооценка – это осознание себя на определенном уровне собственных возможностей, понимание человека, сможет ли он справиться с жизненными задачами или его требования к себе слишком высоки и нужно снизить планку.

По мнению А.В. Петровского, «самооценка регулирует поведение человека, так как является ядром личности и тем самым, оказывает огромное влияние на развитие человека» [45, с. 55].

Наиболее полное определение самооценки дает С.Ю. Головин: «Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, ценность, приписываемая ею себе или отдельным своим качествам. Относясь к ядру личности, она важный регулятор поведения. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым она влияет на эффективность деятельности и дальнейшее развитие личности. В качестве основного критерия оценивания выступает система смыслов личностных индивида» [14, с. 365].

Изучив множество определений самооценки, можно заметить, что она рассматривается как компонент, некая составляющая часть Я-концепции или по-другому самосознания. Согласно американскому психологу Уильяму Джеймсу, Я-концепция представляет собой трехуровневую структуру, включающую в себя следующие компоненты – поведенческий, когнитивный и аффективный [цит. по 34, с. 72]. Самооценку чаще всего связывают с аффективным аспектом, то есть по-другому – эмоциональным.

Однако, понятие «Я-концепция» более широкое, чем «самосознание», так как с Я-концепцией взаимосвязаны содержательно самостоятельные категории самооценки и самоактуализации [5, с. 619].

Существует мнение, что самооценка не должна зависеть от эмоций и поведенческих реакций, поэтому в Я-концепции выделяют критерий оценки, соотносящийся с понятием самооценки. В связи с этим можно выделить следующее определение.

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, влияющая на активность человека, отношение к себе и другим людям [цит. по 20].

Это определение исходит прямым из названия, но необходимо уточнить, что самооценка отражает уровень самоуважения и самопринятия.

Самооценка влияет на активность человека и стремление к самосовершенствованию. Она поддается изменению благодаря постепенной интериоризации внешних оценок, выражающих общественные требования в требования человека к самому себе, и может быть адекватной или неадекватной [6].

Обобщив вышеизложенное, можно прийти к выводу, что самооценка – это оценивание своих поступков, убеждений и мотивов в морально-нравственном аспекте, а также одно из проявлений самосознания и совести личности.

В.С. Мухина предложила пятикомпонентную структуру самооценки, включающую имя собственное плюс личное местоимение, за которыми стоят индивидуальные характеристики человека; притязания на признание; половую идентификацию; психологическое (индивидуальное) время личности; долг и права личности [цит. по 35, с. 10].

Далее рассмотрим назначение самооценки и ее функции. Основная функция самооценки в психической жизни личности выражается в том, что она является необходимым условием, основным внутренним

рычагом саморегуляции поведения и деятельности. Благодаря тому, что самооценка включена в структуру мотивации деятельности, личность может непрерывно соотносить свои возможности, внутренние психологические ресурсы с целями и средствами деятельности. Высшая форма саморегуляции, на основе самооценки, состоит в своеобразном творческом отношении к себе – в стремлении и реализации к изменениям и улучшениям своей личности.

Самооценка в процессе функционирования может принимать разную модальность: либо категорическую, отражающую однозначную оценку субъектом своих психических или физических качеств, либо проблематичную, реализующую рефлексивное отношение субъекта к себе [46].

Временной критерий содержания самооценки также позволяет выделить ее виды с соответствующими функциями. Т.В. Галкина определила, что самооценка может функционировать как прогностическая, актуальная и ретроспективная [12, с. 29].

Функция прогностической самооценки реализуется в оценивании субъектом своих возможностей, определении своего к ним отношения. Она актуальна перед началом деятельности и совершения поступка.

Функция актуальной самооценки проявляется в оценке своих действий и моментальной коррекции их по ходу деятельности.

Функция ретроспективной самооценки выражается в оценке субъектом достигнутых уровней развития, итогов деятельности, последствий поступков. Она позволяет субъекту определить перспективы своего развития, поскольку в ходе ее актуализации он отмечает как позитивные, так и негативные стороны своей деятельности и личности.

Перечисленные выше функции тесно взаимосвязаны между собой, ведь в реальной жизни, когда человек оценивает себя, он использует все три вида самооценки.

А.В. Быков выделяет в самооценке регулятивную и защитную

функции, суть которых можно определить по названию. Регулятивная функция помогает осознать свои качества и регулирует их проявление в отношениях с другими людьми. На основе этой функции решаются задачи личностного выбора [3, с. 214].

Защитная функция самооценки формирует независимость человека от мнения других людей. Таким образом, личность может чувствовать себя в безопасности и защищенности, так как, например, острая критика или колкие замечания просто не воспринимаются.

Регулятивные функции самооценки обеспечиваются ее взаимодействием с другими психическими образованиями, в том числе и с волевой регуляцией. Можно разделить регулятивные функции по направленности и задачам на собственно оценочные, контрольные, стимулирующие, блокирующие, защитные.

Таким образом, самооценка становится важным фактором мобилизации человеком своих ресурсов, реализации возможностей и творческого потенциала. Она задействована во всех сферах жизни человека: помогает интерпретировать собственный опыт и воздействия извне, воспринимать самого себя и окружающих, а также определяет дальнейшие перспективы развития личности.

Обобщить вышесказанное можно подходом Н.И. Сарджвеладзе, который описывает шесть основных функций самооценки в своей книге «Личность и ее взаимодействие с социальной средой» [52, с. 100]:

- функция «отзеркаливания» заключается в том, что деятельность человека отражается каким-то образом в сознании окружающих, а потом это отражение интериоризируется;

- функция самовыражения и самореализации;

- функция сохранения внутренней стабильности собственного «Я».

Эта функция самоотношения осуществляется по мере и в силу той тенденции к внутренней согласованности к конгруэнтности, которая свойственна когнитивным представлениям о себе, эмоциональным

реакциям относительно своих проявлений и действий, адресованных себе;

- функция саморегуляции и самоконтроля;

- функция психологической защиты. Например, благодаря самооценке, человек может перенести незаслуженно обрушившуюся на него критику, которая при неумеренном количестве может нанести психотравму;

- функция внутренней коммуникации.

Самооценка имеет широкий функционал, она помогает осознавать свои возможности, корректировать деятельность в зависимости от промежуточного результата, позволяет оценить итоги своей работы и выразить отношение человека к этому. Самооценка дает видение отличительных, сильных сторон личности, чтобы на их основе выстраивать успешное взаимодействие с окружающим миром в соответствии с требованиями жизни, а также создает психологическую безопасность [54, с. 167].

Психологи различают личностную и самооценку способностей, но большее внимание уделяют первой. Ведь самооценка способностей не так глубинна в изучении, это просто это оценка своих сил и возможностей справиться с какой-либо деятельностью, достичь успехов в определенном деле. Личностная самооценка же намного сложнее, она определяет, как человек в целом оценивает свою личность и собственный характер, как определяет свое место среди окружающих и место в собственной жизни. Личностная самооценка и самооценка способностей внутри одного человека могут сильно различаться. Например, быть великолепным эмпатом, талантливым музыкантом и неплохо рисовать, но в, то же время, испытывать большую неуверенность в себе и быть мнительным разгильдяем, означает иметь высокую самооценку способностей и низкую личностную самооценку [40, с. 173].

В психологии выделяется множество видов самооценки, но наиболее распространены классификации по следующим критериям: высота,

устойчивость, адекватность и широта охвата.

Высота самооценки определяется тремя уровнями: высоким, средним (адекватным) и низким. Под высокой самооценкой обычно понимается высокая оценка человеком своих личных качеств, возможностей и достоинств. Личность, высоко себя оценивающая, полна уверенности, что неудачи вероятно случайны и происходят из-за стечения неких неблагоприятных обстоятельств в данный момент, а вот успех, наоборот, является закономерностью и личной заслугой.

Средней самооценке или по-другому адекватной дал определение А.А. Реан: «Это реалистичная оценка человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков. Адекватная самооценка позволяет субъекту отнестись к себе критически, правильно соотносить свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих» [50].

Личность с адекватной самооценкой действительно может сравнить свои способности и возможности, старается реалистично смотреть на успехи и неудачи, ставит себе выполнимые цели, прислушивается к различным мнениям окружающих, а не «слепо» верит в правоту своих слов. У такого человека всегда присутствует здравый смысл, критика и объективное отношение к себе и своей деятельности при анализе своих достижений и результатов.

Т.В. Галкина говорит о том, что существует и неадекватная самооценка, которая в свою очередь может быть как завышенной, так и заниженной. Неадекватная самооценка деформирует внутренние свойства психики индивида, создает препятствия личностному росту, исключает возможность гармонизации мотивационной и эмоционально-волевой сфер человека [12, с. 32].

У человека с неадекватно завышенной самооценкой возникает неправильное представление о себе, образ своей личности излишне идеализируется, а собственная ценность и полезность для окружающих

крайне завышается. В таких случаях человек склонен игнорировать неудачи ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел. То есть самокритика в данный момент отсутствует, а личность просто «закрывает глаза» на свои ошибки, вместо того, чтобы их проанализировать и исправить.

Самооценка может быть и неадекватно заниженной (ниже реальных возможностей человека). Человек, обладающий такой самооценкой, сознательно винит себя во всех неудачах, даже если он не является их причиной, проявляет высокую самокритику и чувствует себя дискомфортно в обществе, где «все хорошие, а он плохой». Такая заниженная самооценка обычно приводит к неуверенности в себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои способности [12, с. 32].

Низкая личностная самооценка – внутренняя оценка человеком своих качеств, возможностей и достоинств на низком уровне. В первую очередь – это то, что человек сам о себе думает, во вторую – как он себя ведет и на что решается.

По параметру устойчивости самооценка классифицируется на стабильную и плавающую. Стабильная самооценка характерна для лиц с устойчивой позицией относительно своей личности и ее возможностей и отображает общий уровень удовлетворенности собой и своими качествами. Такая оценка не изменяется в зависимости от произошедших событий и мало поддается коррекции. То есть, человек со стабильной самооценкой в любой ситуации спокоен и уверен в себе, знает свои недостатки и достоинства.

Плавающая самооценка наоборот, характеризует оценивание текущей ситуации – поступков, поведенческих проявлений, реакций, действий и т.п. Она служит подсказкой для коррекции собственного поведения как результата самоконтроля [27, с. 405].

В той или иной ситуации человек может почувствовать себя

очень не уверенным, даже если обладает высокой самооценкой, и наоборот.

По широте охвата И.Н. Никулина разделяет самооценку на глобальную (общую) и частную. Общая самооценка предполагает существование глобального уровня самоуважения, который отражает целостную оценку личностью себя. Частная самооценка отражает оценку человеком своих отдельных качеств, конкретных поступков, отношений, физических данных [39, с. 127].

Еще одна классификация видов самооценки была выявлена А.В. Захаровой. По временному критерию она выделила прогностическую, актуальную и ретроспективную самооценку. Прогностическая представляет собой оценку человеком своих возможностей, свое отношение к ним. Актуальная самооценка является текущей и фиксирует эмоциональные состояния человека, изменение его ожиданий в конкретный момент времени. Ретроспективной является оценка субъектом своих достижений, итогов деятельности и поступков [цит. по 17, с. 149].

В качестве факторов, оказывающих большое влияние на формирование самооценки, отечественные и зарубежные ученые называют коммуникативное взаимодействие со сверстниками, характер общения и взаимоотношений с родителями, их поддержку, меру участия и руководства, а также удовлетворенность совместной деятельностью.

Таким образом, самооценка – это компонент самосознания, оценка самого себя (своей внешности, особенностей, личностных качеств); чувства и мысли человека по отношению к самому себе. Адекватная самооценка – это реалистичная оценка человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков. Адекватная самооценка позволяет субъекту отнестись к себе критически, правильно соотнести свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих. Самооценка развивается и формируется под влиянием различных социальных факторов, что

позволяет говорить о ее индивидуальных и возрастных особенностях.

1.2 Особенности самооценки у младших школьников с ОВЗ

Особую актуальность проблема самооценки приобретает, когда речь идет о детях с ОВЗ. Для таких детей самооценка определяет успешность их социальной интеграции, поэтому изучение особенностей ее формирования и коррекции имеет особое значение. В связи с нарушениями в личностном и познавательном развитии, а также с наличием негативного влияния социальных факторов у учащихся с ОВЗ самооценка своеобразна и больше, чем у обычных детей зависима от мнения окружающих его людей. Согласно исследованиям ученых, формирование самооценки учащихся с ОВЗ сильно отстает от нормы, отличается нерасчлененностью, упрощенностью, противоречивостью, неустойчивостью.

Самооценка младшего школьника отличается с одной стороны неустойчивостью, а с другой она пластична и точна в своих представлениях о собственных физических, интеллектуальных и личностных качествах. Главным образованием в развитии образа Я в этом возрасте является дифференциация и интеграция представлений ребёнка о себе. Со временем самооценка становится рефлексивной, устойчивой, дифференцированной и адекватной. Но у детей с ОВЗ эти качества самооценки не могут сформироваться из-за нарушения в развитии личности [25, с. 97].

Для многих детей с ОВЗ младшего школьного возраста характерна неадекватная самооценка. В этом возрасте начинается процесс обучения, который оказывает влияние на эмоциональный фон ребенка. Оценки учителя и школьная успеваемость, в целом, главным образом оказывают влияние на самооценку ребенка [30, с. 315].

В исследованиях А.И. Липкиной, Е.И. Савонько и др. было выявлено, что школьники с ОВЗ обучающиеся до специальной школы в общеобразовательной, характерна низкая самооценка, они не уверены в

себе. В результате несоответствия требований школ и возможностей учащихся, возникает заниженная самооценка, низкий уровень притязаний, повышение уровня тревожности.

А.И. Липкина изучая динамику самооценки в начальной школе пришла к выводу, что сначала дети не принимают позицию отстающего, которая закрепляется за ними в 1-2 классах, стремятся сохранить высокую самооценку. Если им предложить оценить свою работу, большинство оценит выполненное задание более высоким баллом, чем оно того заслуживает. Нереализованная потребность выйти из группы, которая считается отстающей, приобрести более высокий статус постепенно ослабевает [29].

Количество детей, отстающих в учебе и считающих себя еще слабее, чем они есть на самом деле, возрастает почти в 3 раза до конца начальной школы. Самооценка, завышенная в начале обучения, резко снижается. У детей с заниженной и низкой самооценкой часто возникает чувство собственной неполноценности, и даже безнадежности. Даже в тех случаях, когда дети компенсируют свою низкую успеваемость успехами в других областях, чувство неполноценности, принятие позиции отстающего ученика, имеет негативные последствия. Исследовательница отмечает, что дети с низким уровнем притязаний и низкой самооценкой не претендуют на хорошую оценку, не ставят перед собой высоких целей и постоянно сомневаются в своих возможностях, быстро удовлетворяются тем уровнем успеваемости, который сложился в начальных классах.

По мнению Н.Л. Белопольской у детей с ОВЗ по причине неудач в учебе исчезает вера в себя, у них формируются такие качества, как пассивность, равнодушие, отличаются выраженной мотивацией избегания и заниженной самооценкой [4, с. 79].

Но также такие авторы, как Н.А. Жулидова, И.В. Коротенко, О.В. Защиринская и др. считают, что снижение критичности у младших

школьников с ОВЗ к себе приводит к появлению неадекватных, завышенных самооценок.

В исследовании Т.А. Власовой было выявлено, что обучаясь в специальных классах под влиянием успехов в учёбе, доброжелательного отношения со стороны учителя, учащиеся обретают уверенность, чувство собственного достоинства, самооценка характеризуется адекватностью [36, с. 20].

А.Д. Виноградова в своих работах отмечала, что младший возраст характеризуется заниженной и завышенной самооценкой. Автор считала, что неадекватная самооценка в младшем школьном возрасте объясняется незрелостью личности, непониманием выдвигаемых целей деятельности, неумением анализировать результаты с исходным материалом

Как правило, младшие школьники с ОВЗ относятся к себе некритично, не умеют адекватно оценить свою деятельность. Учащиеся начальных классов стремятся угадать отношение к себе других людей, они ждут только положительных оценок своих действий [6, с. 78].

И.В. Коротенко считает, что у младших школьников с ОВЗ при получении положительных оценок наблюдается яркое стремление переоценивать себя и свои силы. Автор объясняет это тем, что ребенок, таким образом, пытается компенсировать собственную малоценность искусственной переоценкой личности. Как правило, этот процесс не осознается ребенком. Данные тенденции психики обусловлены давлением со стороны значимых взрослых, а также особенностями их личностного развития. Таким образом, по мнению автора у детей младшего школьного возраста с ОВЗ, проявляется неадекватная, чаще завышенная самооценка [31, с. 38].

Н.А. Жулидова в своём исследовании приходит к выводу, что, чем сильнее выражена задержка психического развития у младших школьников, тем в большей степени школьники завышают свои возможности, тем менее критичны они к себе [13, с. 218].

Г.В. Грибанова считает, что дети с ОВЗ имеют неустойчивую, незрелую, некритичную самооценку, они не достаточно осознают свое Я. Это приводит к повышенной внушаемости и несамостоятельности поведения [26, с. 23].

Л.И. Прохоренко в своем исследовании выявила, что самооценка у младших школьников с ОВЗ не сформирована. Ее развитие, на фоне интеллектуального и речевого недоразвития, происходит с задержкой и отклонениями [48, с. 76].

М.Н. Кропачева выяснила, что адекватно высокая самооценка преобладает у всех учащихся младшего школьного возраста с ОВЗ среди исследуемых ею детей. Автор выявила, что у 66 % испытуемых младших школьников с ОВЗ высокий уровень самооценки, у 28 % средний, у 6 % низкий уровень самооценки. Дети с ОВЗ некритично оценивают свои возможности в результате низкого уровня осмысления результатов собственной деятельности, что связано с особенностями их эмоционально-волевой сферы и личности [24, с. 90].

Я.А. Манухина, Д.Ю. Шигашов, В.А. Худик изучали влияние самооценки детей с ОВЗ на характер становления их адаптивных способностей. Авторы пришли к выводу, что социально-психологическая адаптация детей с задержкой развития имеет свою специфику, которая определяется, помимо интеллектуальной незрелости, и личностными факторами, а именно специфическими особенностями формирования и содержания Я-концепции, представляющими собой ценный адаптивный ресурс, реализация которого способна повысить общий уровень социально-психологической адаптации [17, с. 35].

Неадекватная самооценка характерна для многих детей с ОВЗ младшего школьного возраста. Сам возрастной период накладывает своеобразный отпечаток, так как в этом возрасте начинается процесс обучения, оказывающий влияние на эмоциональный фон ребенка. Также большую психологическую травму учащийся может получить и в

результате нахождения определенного количества времени в обычной школе. Несоответствие требований таких школ и возможностей учащего с ОВЗ может усугубить и так неустойчивую психику ребенка, вызвать неуверенность в себе, что непременно скажется на самооценке.

Известный ученый А.Д. Виноградова, изучая самооценку таких школьников, отмечала, что «в младшем возрасте отмечаются заниженная и завышенная самооценки». Автор объясняет неадекватную самооценку в младшем школьном возрасте «незрелостью личности, непониманием выдвигаемых целей деятельности, неумением анализировать и соотносить достигнутые в ходе деятельности результаты с исходными данными и др.» [9, с. 48].

У младших школьников с ОВЗ, как правило, отношение к себе не критичное, обобщенное, они не умеют адекватно оценить свою деятельность, проанализировать ее. Учащиеся начальных классов стремятся угадать отношение к себе других людей, они ждут только положительных оценок своих действий. Во многом это связано с упрощенностью, недифференцированностью эмоциональных переживаний.

Л.С. Выготский подчеркивал, что повышенная самооценка, часто встречающаяся у дебилов и имбецилов, является «проявлением общей эмоциональной окрашенности оценок и самооценок маленького ребенка, общей незрелости личности». Ребенок обычно высоко оценивает только то, что ему приятнее и ближе по его переживаниям, ответные чувства на воздействия окружающего мира у него бывают часто неадекватны [10, с. 231].

По исследованиям О.А. Дудковской, Н.Н. Шельшаковой большинству учащихся сложно оценить себя реально, они дают только положительные суждения о себе. Самооценка у младших школьников неустойчивая, может меняться на полярно противоположную, не мотивирована. Она опирается на «оценки взрослых или на общее

представление о себе». Многие дети «находятся под властью своих впечатлений, стремятся не принимать никакой критики, заглушить ее, ощущают внутреннюю слабость, зависимость» [15].

Для правильного развития самооценки младших школьников необходимо тщательно следить за ее уровнем. Два раза в год требуется проведение контрольного тестирования. Завышенная оценка, равно как и заниженная, по мнению многих ученых, требует самого пристального внимания со стороны педагогов и родителей. Чтобы развитие и коррекция самооценки младших школьников было наиболее продуктивным, в своей работе педагоги должны придерживаться некоторых правил.

Безусловно, опираться в этой работе нужно на ведущую для данного возраста деятельность – учебную. Именно от благополучности ее протекания, от успеваемости, от успехов в учении зависит уровень самооценки. Процесс обучения имеет колоссальные возможности коррекции, начиная с первых дней попадания ребенка в школу.

Обучение таких детей должно обязательно иметь и воспитывающую, и развивающую, и коррекционную направленность. Х.С. Замский считает, что воспитывающая направленность обучения в школе 8 вида состоит в формировании у учащихся нравственных представлений и понятий, адекватных способов поведения в обществе. Это реализуется, прежде всего, в содержании учебного материала и в соответствующей организации деятельности учащихся в школе и вне ее [7].

Развивающая направленность работы с такими детьми проявляется в содействии общему развитию учащихся. Но их развитие не может быть успешным без коррекции психических функций и мышления. Поэтому обучение детей с ОВЗ должно носить коррекционно-развивающий характер.

Среди педагогических условий развития адекватной самооценки необходимо особо выделить обучение ребенка умению учиться – умению видеть настоящие учебные задачи и находить соответствующие способы

их решения. При этом содержание преподаваемого материала должно быть продуманным с точки зрения соответствия научным достижениям и быть доступным для восприятия. Соблюдение принципов систематичности и последовательности обучения, связи обучения с жизнью для таких детей обязательно. Как и при обучении обычных младших школьников, необходимо широко использовать принцип наглядности. На уроках важно развивать сознательность и активность самих учащихся. К таким детям необходим особый индивидуальный и дифференцированный подход.

Так как самооценка младших школьников практически лишена самостоятельности и имеет большую зависимость от взрослых, важно давать детям и их поступкам самые объективные оценки. Как подчеркивает А.Д. Виноградова, «в формировании правильной самооценки определяющая роль принадлежит оценке учителем деятельности, поступков, высказываний учащихся» [9, с. 50].

При этом оценки должны быть и положительными, и отрицательными. Если отдавать предпочтение только положительным оценкам, то в сознании учащегося может произойти перекося в сторону переоценивания себя. И.В. Коротенко исследуя самооценку у младших школьников с ОВЗ, объясняла это тем, что собственная малоценность ребёнка с ОВЗ компенсируется «искусственной» переоценкой своей личности, скорее всего неосознаваемой ребёнком». Такие психозащитные механизмы начинают возникать, по мнению И.В. Коротенко, в результате прессинга «детей со стороны значимых взрослых, а также особенностями их личностного развития [21, с. 99].

Среди методических приемов организации процесса обучения большое значение в формировании самооценки школьников с ОВЗ отводится игровым приемам. При этом игровые приемы должны не отвлекать от учебы, а привлекать еще больше внимания к программному материалу. Игровую оболочку можно придать не только учебному процессу, но и трудовой, и художественной деятельности.

В силу своих возрастных особенностей приглашение к игре младшие школьники воспринимают с радостью. Игры должны обеспечивать ребенку активность, возможность самонаблюдения и самоконтроля. В игре ребенку легче оценить свои возможности, соотнести их с возможностями других учащихся, подчиниться определенным требованиям, проявить индивидуальные личностные качества [59, с. 173].

Большой воспитательный потенциал имеют такие игровые ситуации, в которых ученику отводится роль педагога. С позиции руководителя ребенок может поделиться своими знаниями, проконтролировать других, исправить их ошибки. Игровой характер заданий, подразумевающий элементы состязательности, соревнования, активизации внимания, стимулирует речевую, умственную, творческую деятельность и оказывает эффективное влияние на развитие адекватной самооценки.

Большой простор для организации полезных для развития самооценки игр предоставляет внеурочная деятельность. Она позволяет смоделировать ситуации необходимого взаимодействия и взаимопомощи, сплочения с другими участниками игры. Здесь есть возможность для фантазии, импровизации, проявления личностных качеств, демонстрации таких собственных умений и навыков, которые не применяются в обыденной жизни. Полезно предоставить возможность для проявления умений учащегося, в которых у него наметились заметные успехи. Это поможет приобрести заслуженное уважение окружающих [28, с. 103].

Среди факторов развития самооценки решающими являются отношение окружающих и правильное осознание ребенком особенностей своей деятельности, ее результатов. Педагогу важно научить школьников умению видеть и понимать себя, согласовывать свои желания с требованиями и нормами окружающей среды.

Важно понимать, что для учащегося начальных классов важен результат деятельности, а не процесс работы и ее планирование. Поэтому необходимо регулярно напоминать учащимся о контроле каждого этапа

своих действий, промежуточных результатов, правильно их оценивать. Это, безусловно, положительно скажется на результатах их учебной деятельности и создаст добротные основы формирования самооценки.

У хорошо успевающих школьников важно развивать самокритичность, умение ставить перед собой возрастающие по трудности задачи и находить пути их решения. Не следует забывать и о формировании ретроспективной и прогностической самооценки. Первая обращена в прошлое и направлена на осуществления самооценки выполненных действий. Вторая направлена на прогнозирование и предвосхищение необходимых операций, оценку своих возможностей еще до совершения реальных действий. Целью использования этих двух самооценок является пониманием самими учащимся характера происходящих изменений, касающихся структуры их знаний, развития умений [43, с. 264].

Таким образом, существующие исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ дают понять, что она имеет определенные особенности. По мнению многих авторов, причинами является специфика дефекта в развитии и негативное влияние социума. Чаще всего самооценка младшего школьника с ОВЗ завышена, имеет полную зависимость от внешних оценок. У таких детей не сформированы правильные представления о своих личных и физических качествах, возможностях и способностях. Поэтому для развития адекватной самооценки чрезвычайно важно воспитание полноценной социально активной личности, способной к адекватному самовыражению, к деятельности, осуществляемой в рамках общепринятых правил и норм.

1.3 Теоретическое обоснование модели формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии

Вопрос самооценки особенно актуален для младших школьников с ОВЗ. Для таких детей самооценка определяет успешность их социальной

интеграции, поэтому изучение особенностей ее формирования и коррекции имеет особое значение. Из-за нарушений личностного и когнитивного развития, а также из-за негативного влияния социальных факторов на учащихся с ОВЗ самооценка является особенной и больше зависит от мнения окружающих, чем от обычных детей.

Анализ психолого-педагогического исследования позволил разработать дерево целей, а также модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева») [51, с. 273].

При этом в понятие целей на разных уровнях вкладывается различное содержание: от объективных потребностей и желаемых направлений развития на верхнем уровне дерева до решения конкретных практических задач и осуществления отдельных мероприятий на нижних уровнях. Дерево целей является главным инструментом увязки целей высшего уровня с конкретными средствами их достижения на низшем производственном уровне через ряд промежуточных звеньев. При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному» (см. рисунок 1).

Алгоритм построения «Дерева целей» следующий:

1. Определение генеральной (общей) цели.
2. Разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня).
3. Разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня.
4. Разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

Первый этап в изучении данной проблемы – это этап целеполагания. И он начинается с постановки генеральной цели.



Рисунок 1 – «Дерево целей» формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

1. Изучить теоретические предпосылки исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

1.1. Проанализировать проблему самооценки в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Выявить особенности самооценки у младших школьников с ОВЗ.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование самооценки у младших школьников с ОВЗ.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование формирования самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

3.1. Разработать и провести психолого-педагогическую программу формирования самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

На основе дерева целей составлена модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Модель – это искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п.

Под «моделью» в педагогике и психологии мы имеем в виду систему объектов или признаков, которая воспроизводит некоторые существенные свойства, качества и отношения объектов.

Моделирование в психологии – построение моделей для реализации определенных психологических процессов для формальной проверки их работоспособности. Это существование цели, элементов, структуры. Их надежность определяется с помощью системы мер, которая проводится определенными поставщиками услуг, которые предоставляют необходимые ресурсы [51, с. 380].

Педагогическое моделирование (создание модели) – это разработка целей (общей идеи) для создания образовательных систем, процессов или ситуаций и наиболее важных способов их достижения. Целевой эффект от навыков общения младших школьников с ОВЗ состоит из нескольких взаимосвязанных блоков. Каждый блок предназначен для решения различных задач и состоит из методов и приемов.

Исследование включает в себя четыре основных блока:

1. Теоретический.
2. Диагностический.
3. Формирующий.
4. Аналитический.

Исходя из этого, были составлены предпосылки модели формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии (см. рисунок 2).

Охарактеризуем блоки модели:

1. Теоретический блок.

Цель: изучить теоретические основы исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Методы: анализ, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание.

2. Диагностический блок.

Цель: определить уровень сформированности адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

Для этого мы используем следующие методы: констатирующий эксперимент и тестирование.

Методики:

- методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская);
- методика «Какой Я» (Р.С. Немов);
- методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан).

3. Формирующий блок.

Цель: разработка и реализация программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Методы реализации программы: упражнения, беседы, игры и арт-терапия: (изотерапия, сказкотерапия, игротерапия, музыкотерапия, библиотерапия).

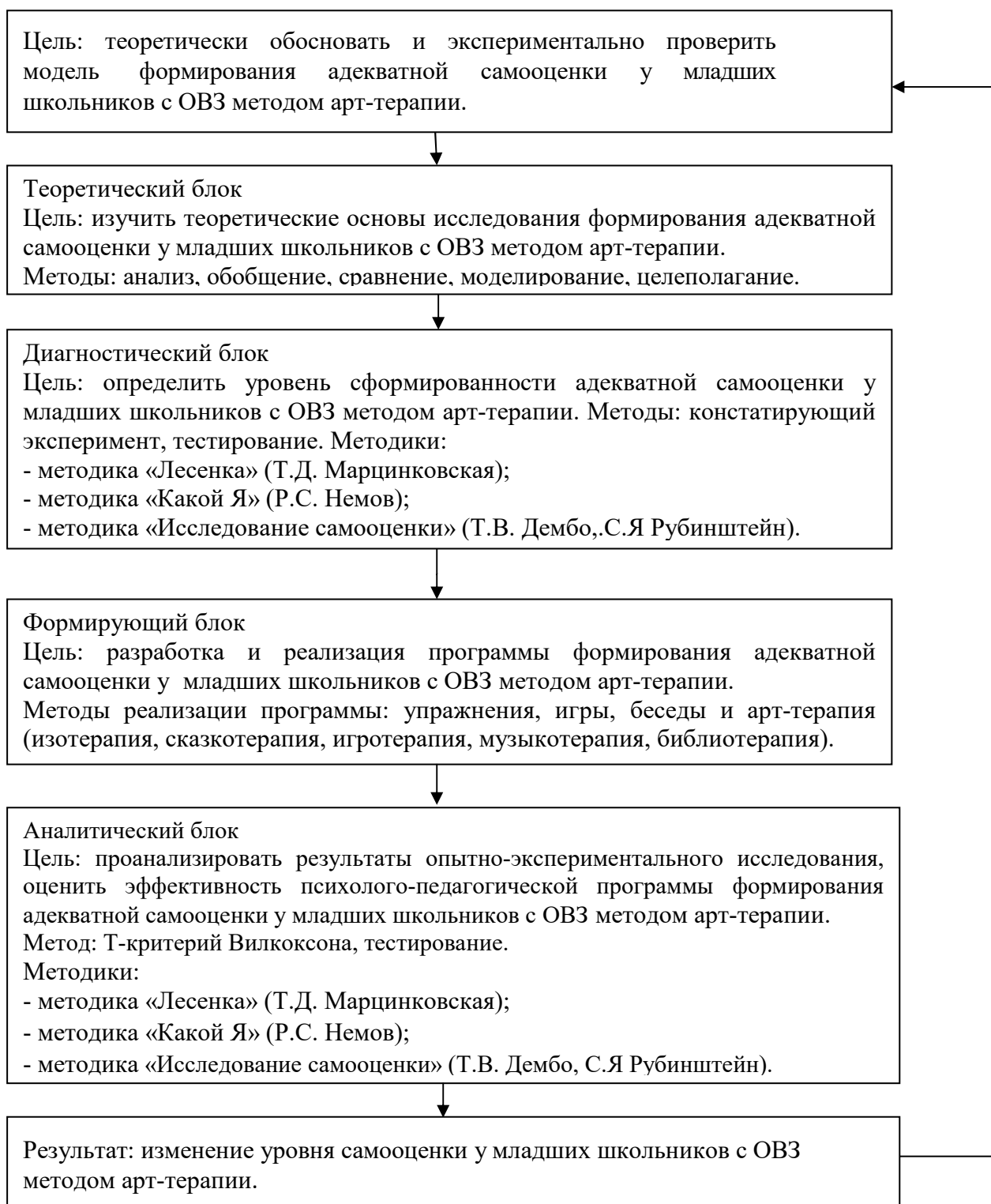


Рисунок 2 – Модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения у детей.
2. Повышение уверенности в себе у детей.

3. Развитие личностных способностей и качеств.

4. Формирование коммуникативных навыков для взаимодействия с социумом.

5. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Форма проведения занятий групповая.

Реализация программы по времени займет 4 недели при частоте занятий два раза в неделю. Общее время одного занятия 25-30 минут.

4. Аналитический блок.

Цель: проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования и оценить эффективность психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Метод: Т-критерий Вилкоксона.

Методики:

- методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская);
- методика «Какой Я» (Р.С. Немов);
- методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан).

Таким образом, в данном исследовании представлено разработанное «Дерево целей», которое включает в себя сконструированную модель. При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному». Анализ литературы по проблеме позволил нам разработать дерево целей нашего исследования, его генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. На основании дерева целей была разработана модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Модель включает 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

Выводы по 1 главе

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования позволил нам сделать следующие выводы: самооценка является формой отражения человеком самого себя как особого объекта познания, репрезентирующая принятые ценности, личностные смыслы, меру ориентации на общественно выработанные требования к поведению и деятельности.

Самооценка является компонентом «Я-концепции». Она определяет характер социального поведения человека, его активность, потребность в достижениях, постановку целей и продуктивность деятельности.

Неадекватная самооценка характерна для многих детей с ОВЗ младшего школьного возраста. Сам возрастной период накладывает своеобразный отпечаток, так как в этом возрасте начинается процесс обучения, оказывающий влияние на эмоциональный фон ребенка. Школьная успеваемость и оценки учителя является одним из основных факторов, оказывающих влияние на самооценку ребёнка в этот период, поэтому дети с ОВЗ, имеющие трудности в усвоении школьной программы, попадают в группу риска.

Заключительным, для организации проведения коррекционной программы, было построение дерева целей и моделирование последующих действий. Дерево целей было построено благодаря проведенному нами анализу литературы, целей и задач работы. В дереве целей была определена генеральная цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Так же мы составили модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Модель включает 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Опытнo-экспериментальное исследование проходило в три этапа:

Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме изучения самооценки у младших школьников с ОВЗ. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик, ОВЗ и темы исследования.

Опытнo-экспериментальный этап: констатирующий эксперимент и формирующий эксперимент. Констатирующий эксперимент: тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по следующим методикам: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Какой Я» (Р.С. Немов); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн). Формирующий эксперимент: разработка и реализация психолого-педагогической программы.

Контрольно-обобщающий этап: анализ повторной диагностики и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

Исследование формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ состояло из методов:

- теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование;
- эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Какой Я» (Р.С. Немов); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан);
- метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона

(Приложение 1).

Характеристика использованных методов и методик исследования:

Анализ литературы – это теоретический метод научного исследования, который включает в себя операцию умственного разделения информации на мелкие части, которые выполняются в процессе познания или предметно-практической деятельности. Работа с литературой включает в себя подробный сборник библиографического списка источников, отобранных для работы, краткое изложение основного содержания литературы по теме проблемы, выделение основных целей и основных размышлений литература по изучаемой теме.

Обобщение – это активная форма увеличения знаний путем умственного перехода от отдельных показателей к общим. Обобщение можно описать как логическую операцию, в которой было найдено новое расширенное понятие для определенной группы явлений, которое отражает универсальность различных свойств этих явлений на уровне получения новых знаний об этих явлениях. Любое обобщение должно иметь определенную основу. Основой обобщения может быть определенное свойство или даже целый набор свойств, которые позволяют группировать явления и обозначать эту группу в соответствии с определенной концепцией [14, с. 537].

Сравнение – это метод познания реальности. В рамках этого метода устанавливается общая и отличительная черта между различными процессами, явлениями и объектами. Основу этого метода можно рассматривать как сравнение отдельных параметров или агрегированных характеристик рассматриваемых объектов, а также установление различий и сходств между ними.

Метод моделирования – это метод познания явлений и процессов, основанный на теоретической или экспериментальной замене объекта исследования аналогичным объектом. Этот метод используется, если

прямое изучение предметов невозможно или в некоторой степени нецелесообразно.

Целеполагание – это практическое осмысление своей деятельности, постановка целей и их достижение.

В экспериментальном исследовании также использовались эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент и тестирование.

Эксперимент является одним из наиболее актуальных методов исследования конкретного явления в контролируемых условиях. Этот метод отличается от наблюдения тем, что этот метод очень активно взаимодействует с исследуемым объектом. Эксперимент в основном проводится в рамках научных исследований и используется для проверки гипотезы. Преимущество психологического эксперимента заключается в том, что можно специально вызывать определенные психические явления и процессы и влиять на их свойства [14, с. 732].

Констатирующий эксперимент – это эксперимент, устанавливающий наличие какого-либо факта или явления. Эксперимент становится констатирующим, когда исследователь ставит задачу выявления наличного состояния и уровня сформированности некоторого свойства или изучаемого параметра, иначе говоря, определяется актуальный уровень развития изучаемого свойства у испытуемого или группы испытуемых. Главное достоинство метода эксперимента в том, что он позволяет искусственно отделить изучаемый процесс от других. Цель констатирующего эксперимента – измерение наличного уровня развития.

Формирующий эксперимент – это особый метод психологического исследования. Суть его заключается в том, что исследователь строит обучение субъекта для того, чтобы добиться необходимых изменений в психике субъекта. В отличие от метода изложения (нарезки), направленного на изучение фактов, и продольных исследований,

направленных на описание процессов в естественных условиях, формирующий эксперимент направлен, прежде всего, на выявление причин и условий процессов [14, с. 703].

Тестирование представляет собой современный метод психологической диагностики. В рамках этого метода используются стандартизированные вопросы и задачи – тесты со стандартной шкалой измерения. Тестирование позволяет человеку быть оцененным в соответствии с целью исследования. Кроме того, тесты дают возможность получить обновленную количественную оценку, основанную на количественном определении качественных параметров личности. Тестирование очень удобно в использовании, потому что они обрабатываются с использованием математических методов подсчета.

Тестирование – это относительно быстрый способ подсчета большого количества результатов, способствует объективности оценок, которые не зависят от причин и субъективных взглядов человека, проводящего исследование. Этот тип эксперимента обеспечивает сопоставимость информации, получаемой исследователями по различным предметам. Основные преимущества этого метода: стандартизация результатов и условий, экономическая эффективность времени обработки, скорость обработки результатов, количественный концептуальный характер оценки [14, с. 691].

Охарактеризуем используемые в исследовании методики:

1. Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская).

В рамках этой техники испытуемому выдается лист бумаги с расписной лестницей, который состоит из семи ступеней. Ребенка приглашают рассмотреть лестницу и ответить на вопросы: на ступеньках выше поставлены хорошие дети. Чем лучше ребенок, тем выше ступенька. Куда ты себя поставил? И на какой шаг поставят тебя твои родители? Учителя? Крайне важно, чтобы ребенок понимал, чего хочет от него учитель. При необходимости повторите вопросы. Все результаты должны

быть записаны в тетради.

Оценка ответов заключается в следующем. Сначала, конечно, обращают внимание на то, на какой уровень ребенок себя поставил. Если ребенок ставит себя на более низкие ступени, это означает, что он негативно относится к себе. Это говорит о том, что у ребенка серьезное нарушение структуры личности, что может привести к психозу, нервным расстройствам и т.д.

В основном это связано с холодным отношением к ребенку. Ребенок считает, что никто не любит его и не ценит его, поэтому он считает, что причина в нем. Ребенок думает, что его любят только в те моменты, когда он хорошо себя ведет. И поскольку дети не знают, как вести себя так, как должны каждый день, они начинают сомневаться в себе, своих навыках и способностях. Это часто имеет место в семьях с авторитарным воспитанием. Крайнее пренебрежение ребенком или, наоборот, чрезмерная защита приводит к таким результатам.

Чтобы ребенок чувствовал себя хорошо, одному из взрослых необходимо поставить его на самый высокий уровень в этом эксперименте. Тогда у ребенка возникнет ощущение и ощущение, что, несмотря на дыры в его поведении, его родители любят и уважают его.

Признаком неблагополучия в отношениях с родителями и в структуре личности ребенка являются ответы, в которых родные ставят его на нижние ступеньки. Если при ответе на вопрос «Куда тебя поставит воспитательница (учительница)?» ребенок помещает себя на одну из нижних ступенек, это нормально. В данном случае такой результат получается по той причине, что ребенок часто слышит замечания от учителя, следовательно, он при постановке фигурке на нижние ступени, оценивает себя адекватно.

2. Методика исследования самооценки «Кто я?» (Р.С. Немов).

Предназначен для определения чувства собственного достоинства ребенка в возрасте от 6 до 15 лет. Экспериментатор спрашивает ребенка,

как они воспринимают себя, используя следующий протокол, и оценивает их, основываясь на десяти различных положительных характеристиках личности. Оценки, предлагаемые ребенком, выставляются экспериментатором в соответствующих столбцах протокола, а затем переводятся в баллы.

Оценка результатов. Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «я не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется общим количеством баллов, набранных ребенком за все личные качества.

3. Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, Р.С. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан).

Рассматриваемая методика строится на оценивании младшими школьниками ряда личностных качеств, таких как здоровье, внешний вид, умственные способности, характер и т.д. Младшим школьникам на вертикальных линиях предлагают отметить определенными знаками уровень развития у них тех или иных качеств и уровень развития этих качеств, который их бы полностью удовлетворял (полный текст методик в Приложении 1).

Методом математической статистики является операция со значениями атрибута, полученного от испытуемых в психологическом исследовании. Сегодня методы математической обработки постоянно используются в педагогических и психологических исследованиях.

Психолого-педагогические измерения, проводимые с помощью тестов, всегда сопровождаются некоторой ошибкой, вызванной несовершенством средств диагностики и различными обстоятельствами диагноза. Следовательно, необходимо доказать значимость полученных результатов.

Для исследования был выбран T-критерий Вилкоксона. Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет

установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом. Этот критерий применим в тех случаях, когда знаки измеряются, по крайней мере, по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым измерениями также могут быть упорядочены. Для этого они должны быть варьироваться в довольно широком диапазоне.

Суть метода заключается в том, что мы сравниваем величину сдвигов в обоих направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а затем суммируем ранги. Если сдвиги в положительном и отрицательном направлении происходят случайным образом, то сумма рангов их абсолютных значений будет приблизительно равна. Если интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположном направлении будет намного ниже, чем могла бы быть при случайных изменениях.

Первоначально мы исходим из предположения, что типичным сдвигом будет сдвиг в более частом направлении, а нетипичным или редким сдвигом – сдвиг в более редком направлении.

Гипотезы Т-критерия Вилкоксона:

H₀: Интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

Таким образом, исследование формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В исследовании самооценки у младших школьников

с ОВЗ использовались следующие методы и методики: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание), эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Какой я?» (Р.С. Немов); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн) и метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона. Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и целям исследования.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Экспериментальная работа проводилась в МБОУ СОШ № 115 г. Челябинска. В исследовании принимали участие младшие школьники 1-А класса в количестве 20 человек с ОВЗ (задержкой психического развития).

Испытуемые обучаются по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования для обучающихся с ЗПР (VII вид), разработанной данным образовательным учреждением в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Возраст исследуемых 6-7 лет. Дети общительные, внимательные, эмоциональные, любознательные, активные, легко идут на контакт с новыми людьми. Многих ребят привлекает как совместная, так и индивидуальная форма деятельности. Все методики, использованные для диагностики валидны и надежны, что не дает сомневаться в точности результатов исследования.

Проанализируем результаты, полученные с помощью методики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская), представленные на рисунке 3 (Приложение 2, Таблица 1).

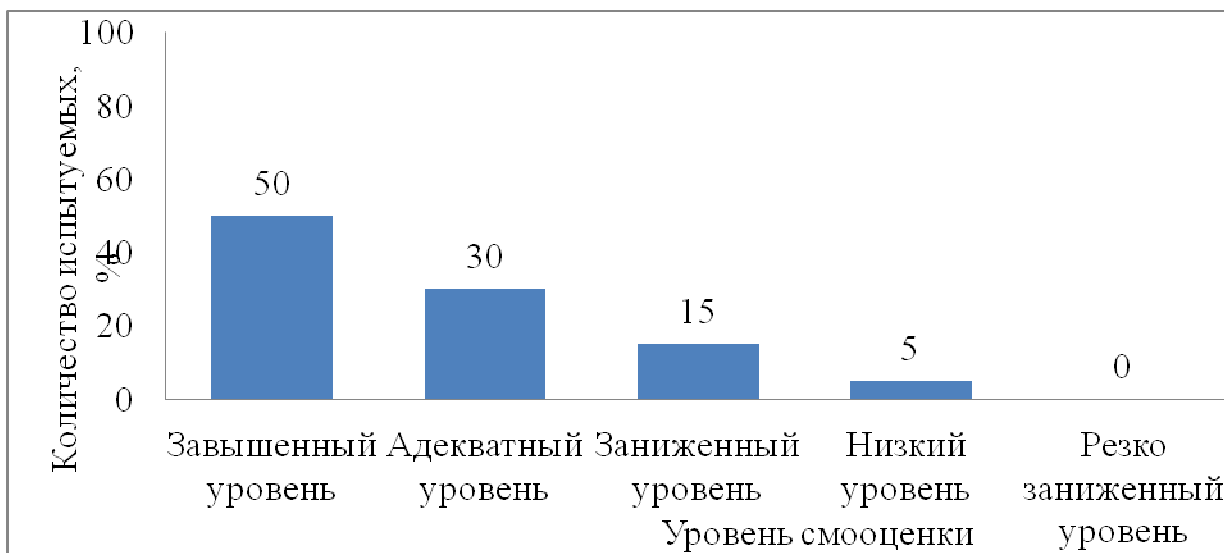


Рисунок 3 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Т.Д. Марцинковской

Анализ полученных данных, представленный на рисунке 3 показывает, что у 10 испытуемых наблюдается завышенный уровень самооценки, что составляет 50 %. Первая ступенька чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. Чаще бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность или соотносить мнения, переживания или действия с мнениями и оценками окружающих).

Адекватная самооценка у большинства испытуемых, она составляет 30 %, показали нормальный уровень развития самооценки. У 6 учащихся сформировано положительное отношение к себе. Они умеют оценивать себя и свою деятельность, и это считается нормой.

Заниженный уровень самооценки у 3 испытуемых, что составляет 15 %. Это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может рассказать о своей проблеме. Могут быть проблемы в семье. Может быть разрушена ситуация успеха и положительное отношение к школе, по меньшей мере к урокам письма. Возможно нарушение межличностных отношений со значимыми взрослыми.

Один испытуемый показал низкий уровень самооценки, что составляет 5 %. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На

момент опроса могла произойти неудачная ситуация, что могло и повлиять на выбор ребенка.

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят. Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, так он может и не раскрыть своих возможностей, способностей, задатков.

Нет учащихся, которые бы выбрали ступеньку седьмую, поэтому уровень самооценки резко заниженной, составляет 0%.

Проанализируем результаты, полученные с помощью методики «Какой я?» (Р.С. Немов), представленные на рисунке 4 (Приложение 2, Таблица 2).

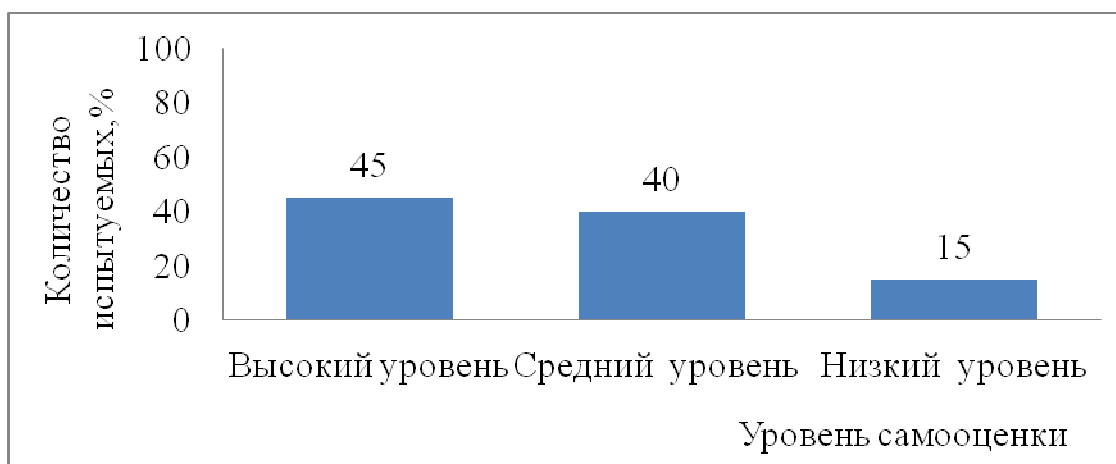


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Р.С. Немова

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 45 % (9 испытуемых). Испытуемые данного уровня имеют самоуважение, они ощущают собственную ценность и положительное отношение ко всему, что входит в круг представлений о самом себе.

У 40 % (8 испытуемых) был выявлен средний уровень самооценки. Младшие школьники с ОВЗ., имеющие данный уровень самооценки, реально соотносят ее со своими возможностями и способностями, достаточно критично относятся к себе, реально смотрят на свои успехи и неудачи, ставят перед собой достижимые цели,

которые можно осуществить на деле.

15 % (3 испытуемых) обладает низким уровнем самооценки. Это говорит об определенных отклонениях в формировании личности. За низким уровнем самооценки могут скрываться два разных психологических явления: настоящая неуверенность в себе и «защитная», когда навязывание (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности, что позволяет не прилагать никаких усилий.

Проанализируем результаты, полученные с помощью методики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн), представленные на рисунке 5 (Приложение 2, Таблица 3).

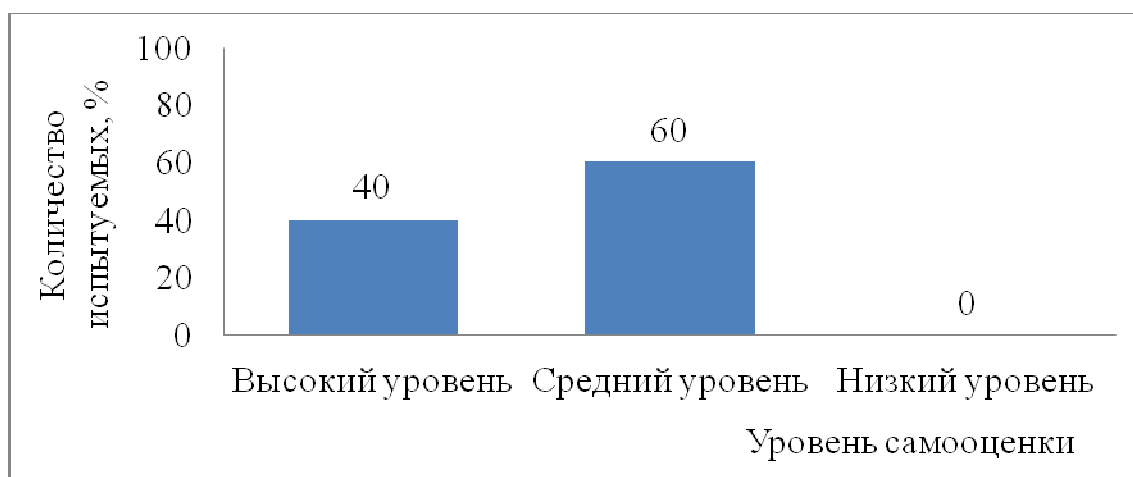


Рисунок 5 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн

Анализ по результатам методики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 40 % (8 испытуемых). При высоком уровне самооценки у младших школьников с ОВЗ возникает идеализированный образ своей личности и способностей, своей ценности для окружающих, для общего дела. В таких случаях младшие школьники с ОВЗ идет на игнорирование неудач ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел.

У 60 % (12 испытуемых) средний уровень самооценки. При среднем уровне самооценки младшие школьники с ОВЗ правильно соотносит ее со своими возможностями и способностями, достаточно

критично относится к себе, стремится реально смотреть на свои успехи и неудачи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле.

К оценке достигнутого он подходит не только со своими мерками, но старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди: близкие и друзья. Иными словами, оптимальная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, то есть без слишком большой переоценки, но и без излишней критичности к своему общению, поведению, деятельности и переживаниям. Такой уровень самооценки является наилучшей для конкретных условий и ситуаций.

Низкий уровень самооценки ни у кого не наблюдается. Проведя количественный и качественный анализ результатов по трём методикам, мы пришли к следующим выводам: самооценка – сложное личностное образование, которое характеризуется непостоянством в младшем школьном возрасте; она может быть завышенной, заниженной или адекватной, что зависит от многих факторов.

В ходе эксперимента подтвердили, что у младших школьников с ОВЗ самооценка неадекватная, и чаще завышенная. Дети, имеющие неадекватно завышенную самооценку, переоценивают себя, свои качества и возможности.

У младших школьников с ОВЗ не сформирована критичная самооценка, которая присутствует у детей этого возраста с нормальным развитием. Самооценка носит интуитивный, неустойчивый характер, формируется под влиянием ближайшего социального окружения. Из данных побуждений мы решили реализовать программу по формированию самооценки у младших школьников с ОВЗ.

Таким образом, данные результаты, полученные в констатирующем эксперименте, доказывают необходимость проведения психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у

младших школьников с ОВЗ. В психолого-педагогической программе участвуют младшие школьники 1-А класса в количестве 20 человек с ОВЗ.

Выводы по 2 главе

Наше опытно-экспериментальное исследование самооценки у младших школьников с ОВЗ проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап.

В исследовании самооценки у младших школьников с ОВЗ использовались следующие методы и методики: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание), эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан); методика «Какой я?» (Р.С. Немов) и метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона.

Результаты по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показали, что завышенный уровень самооценки имеют 50 % (10 испытуемых), адекватный уровень самооценки имеют 30 % (6 испытуемых), заниженный уровень имеют 15 % (3 испытуемых) и низкий уровень – 5 % (1 испытуемый).

Результаты по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) было выявлено, что высокий уровень самооценки у 45 % (9 испытуемых). У 40 % (8 испытуемых) средний уровень самооценки. Низкий уровень самооценки наблюдается у 15 % (3 испытуемых).

Результаты по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан) было выявлено, что высокий уровень самооценки у 45 % (9 испытуемых). У 60 %

(12 испытуемых) средний уровень самооценки. Низкий уровень самооценки ни у кого не наблюдается.

Экспериментальная работа проводилась в МБОУ СОШ № 115 г. Челябинска. В исследовании принимали участие младшие школьники 1-А класса в количестве 20 человек с ОВЗ.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

3.1 Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии

Проблемы с самооценкой у детей с ОВЗ сегодня не редкость. Авторитарность воспитания со стороны родителей и педагогов становится главной причиной пониженной самооценки детей, что ведет к появлению неуверенных в себе людей. Давно известно, как разрушительно действует на любого человека внушение ему низкой самооценки. Часто дети с ОВЗ чувствуют, что они не такие как все. Самооценка у таких детей чаще понижена, чем наоборот.

В рамках рассмотрения предыдущих глав исследования мы выявили, что формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ – это очень сложный процесс. Именно поэтому нами была разработана программа формирования адекватной самооценки.

Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ была составлена на основе работ таких авторов как: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.Е. Кравченко, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничевой и др. На основе программ этих авторов нами была разработана программа по формированию адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ (Приложение 3).

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

Задачи:

- 1.Снизить уровень эмоционального напряжения.
- 2.Повысить уверенность детей в себе.
- 3.Формировать положительные нравственные качества.
- 4.Формировать коммуникативные навыки.

5.Развивать способность позитивного отношения к людям.

6.Развивать адекватную самооценку.

Предмет развития: самооценка младших школьников с ОВЗ.
Средства развития: этюды, игры, упражнения, приёмы арт-терапии. Форма работы групповая.

Общее время для реализации программы 5 недель, при частоте 2 занятия в неделю, всего 10 занятий, при этом длительность занятия 40 минут.

Все проводимые занятия имеют четкое структурирование, которое состоит из нескольких взаимосвязанных частей:

1.Приветствие. Данный ритуал позволяет сплотить участников, создавая атмосферу полного доверия в группе и принятия друг друга.

2.Разминка. Данный этап очень хорошо влияет на эмоциональное состояние всех участников, а также на уровень их активности. Очень важное значение разминка оказывает на настройку организма младших школьников с ОВЗ на продуктивную групповую деятельность.

3.Основная часть занятия. Данный этап занятия включает в себя целый набор различных упражнений и техник.

4.Рефлексия. На данном этапе предполагается оценивание участниками занятия с помощью двух оценок: смысловая оценка – что дало данное занятие ребенку, какое влияние оно оказало на развитие личности; и эмоциональное – понравилось или не понравилось занятие.

5.Прощание. Данный ритуал служит логическим завершением занятия.

Занятие № 1. «Познакомимся?»

Цель: знакомство с правилами работы в группе.

Знакомство. Правила работы в группе. Ритуал приветствия.

Упражнение № 1. «Введение».

Цель: создать мотивацию, климат для совместной деятельности.

Упражнение № 2. «Красочная атмосфера».

Цель: следить за своим эмоциональным состоянием, своим настроением.

Упражнение № 3 «Танцуем».

Цель: создание дружеской атмосферы, командообразование.

Упражнение № 4 «Веселые рисунки».

Цель: тренировка памяти, повышение уверенности в себе.

Ритуал прощания.

Занятие № 2. «Кто я?»

Цель: продолжение знакомства с участниками. Создание позитивной мотивации для следующих занятий.

Ритуал приветствия.

Упражнения № 1. «Пузырьки».

Цель: становление сплочённости, развитие эмпатии, эмоциональный разогрев.

Упражнения № 2. «Кто же я?».

Цель: самопознание, исследование своего характера.

Упражнение № 3. «Общая игрушка».

Цель: развитие положительного отношения к себе, развитие быстроты реакции, развитие умения действовать в команде.

Упражнение № 4. «Сегодня я чувствую себя именно так».

Цель: изучение своего эмоционального состояния и умение выражать его при помощи слов, мимики и жестов.

Рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 3. «Всё сумею, всё смогу сам»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Те, у кого ... встаньте!».

Цель: положительный настрой на предстоящую работу, развитие положительного отношения к коллективу.

Упражнение № 2. «Младший школьник».

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Упражнение № 3. «Любовь к себе».

Цель: познакомить детей с правильным отношением к себе и окружающим.

Упражнение № 4. «Собери себя».

Цель: формирование положительного отношения к себе.

Упражнение № 5. «Летающий самолет, отдыхающий самолет».

Цель: снять эмоциональное напряжение путем чередования сильного напряжения и быстрого расслабления мышц.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 4. «В воздухе – на земле»

Цель: развитие волевых качеств личности.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Запутались».

Цель: разогрев, сплочение группы, снижение напряженности.

Упражнение № 2. «Спасатели».

Цель: развитие волевых качеств младших школьников.

Упражнение № 3. «Водила».

Цель: совершенствование двигательных умений, развитие волевых качеств, упорства, дисциплинированности.

Упражнение № 4. «Аквариум».

Цель: совершенствование двигательных качеств, развитие волевых качеств, дисциплинированности, умения сосредоточиться, настойчивости.

Упражнение № 5. «Небесные шары».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 5. «Кольцо»

Цель: развитие положительного отношения к себе, развитие мелкой моторики рук, графических навыков.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Мы разные и одинаковые».

Цель: разогрев и сплочение группы, снижение напряженности, развитие самосознания, активизация внимания.

Упражнение № 2. «Разрежь ножницами».

Цель: формирование положительного отношения к себе, координация движений, тренировка мышц кисти, концентрация внимания, развитие мелкой моторики рук.

Упражнения № 3. «Мишень».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие координации и скорости движений крупных и мелких мышечных групп, развитие графических навыков, формирование навыков метания мяча.

Упражнение № 4. «Состряпаем сказку?».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального напряжения, развитие навыков совместной деятельности.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 6. «Все сумею, все смогу!»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Дует ветер».

Цель: формирование положительного отношения к себе, разогрев, сплочение группы.

Упражнения № 2. «Домики».

Цель: формирование положительного отношения к себе.

Упражнения № 3. «Мы взрослеем».

Цель: формирование положительного отношения к себе, воспитание аккуратности и чувства собранности.

Упражнения № 4. «Воспитание себя».

Цель: развитие положительного отношения к себе, произвольности, привычки соблюдать правила и внимание к товарищам.

Упражнение № 5. «Называлки».

Цель: развитие положительного отношения к себе, коммуникативных навыков, снятие отрицательных эмоций.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 7. «Мои друзья»

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие напряжённости, эмоциональное раскрепощение детей, преодоление барьера отчуждённости, развитие общительности.

Ритуал приветствия.

Упражнение № 1. «Маленькие котики».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, создание положительного настроения в группе.

Упражнение № 2. «Магнитные шарики».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, расширение кругозора.

Упражнение № 3. «Маленькая змейка, большая змейка».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие ловкости координации, умение действовать согласованно, снятие напряжения и создание положительного настроения в группе.

Упражнение № 4. «Хороводим хоровод».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие чувства общности выразительности движений, снятия напряжения.

Занятие № 8. «7 – Я»

Цель: формирование положительного отношения к себе, научить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Назови ласково».

Цель: формирование положительной самооценки и самопринятия, знакомство.

Упражнение № 2. «Зачем нам нужна семья?»

Цель: формирование положительного отношения к себе и своей семье.

Упражнение № 3. «Мои члены семьи».

Цель: формирование положительного отношения к себе, Распознавание каждого из членов семьи с помощью различных иллюстраций.

Упражнение № 4. «Моя безграничная любовь».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие уважения и любви к членам своей семьи.

Упражнение № 5. «Необычный день».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие напряжения, эмоциональное раскрепощение детей.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 9. «Эмоциональное состояние»

Цель: закреплять умения детей определять эмоциональные состояния людей; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнения № 1. «Я прекрасный».

Цель: формирование положительного отношения к себе, создание положительного настроения.

Упражнения № 2. «Азбука настроения».

Цель: распределение эмоционального состояния.

Упражнение № 3. «Что ты чувствуешь?».

Цель: формирование положительного отношения к себе, научить детей распознавать чувства.

Упражнение № 4. «Нарисованное настроение».

Цель: формирование положительного отношения к себе.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

Занятие № 10. «Марафон танцев»

Цель: формирование положительного отношения к себе, двигательное раскрепощение, снятие эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия. Входная рефлексия.

Упражнение № 1. «Движения».

Цель: формирование положительного отношения к себе, раскрепощение каждого из участников в группе в процессе танца.

Упражнение № 2. «Отзеркаливание».

Цель: развитие уверенности в себе и в своем партнере, сплочение детского коллектива.

Упражнение № 3. «Вода, огонь, воздух, земля».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие внимательности, сосредоточенности.

Упражнение № 4. «Стульчик с музыкой».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие внимательности.

Упражнение № 5. «Душевный танец».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального напряжения, рефлексия, обсуждение рисунков, закрепление позитивного настроения проделанной работы.

Выходная рефлексия. Ритуал прощания.

В начале реализации программы дети были немного стеснительные, закрытые, враждебные друг к другу. На 5-6 занятиях стали дружелюбными, контролировать свое поведение. Стали открытыми, могли выражать свои эмоции. Дети стали немного ценить других людей, обсуждать свои поступки.

Подробно программа описана в приложении 3. Предложенная психолого-педагогическая программа по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ направлена на помощь

учащимся следующих проявлениях: более положительных мыслей и чувств о самом себе; симпатии к себе; способности относиться к себе с юмором; чувства гордости собой как человеком; с большей точностью понимания собственных достоинств и недостатков, повышения чувства уверенности в себе.

Данная работа необходима для обеспечения более эффективного взаимодействия детей младшего школьного возраста с ОВЗ в повседневной жизни и для успешного решения встающих перед ними каждодневных задач.

Основательным результатом данной программы является то, что дети лучше узнали себя, свои сильные стороны, им удалось развить в себе чувство собственного достоинства, они научились преодолевать неуверенность в себе, страх, повышенное волнение в различных ситуациях, также они научились наиболее благополучно и совершенно реализовывать себя в поведении и деятельности, утверждать свои права и личную ценность, не только не ущемляя прав и ценности других людей, но и способствуя их повышению.

Таким образом, разработанная нами программа имеет четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: ритуал приветствия, разминки, основное содержание занятия, размышления, ритуал прощания. Он рассчитан на 10 занятий продолжительностью 40 минут с частотой повторения 2 раза в неделю.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

После реализации программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ на базе исследования МБОУ СОШ № 115 г. Челябинска, в группе младшего школьного возраста в количестве 20 человек была проведена контрольная диагностика.

Контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента произошло изменение в результатах диагностики по исследованию

самооценки у младших школьников с ОВЗ и их результаты показали, что уровень самооценки стал ближе к адекватному. Формирование адекватной самооценки у детей низкого и среднего уровня самооценки привело к успешным сдвигам.

Детями были выработаны навыки общения, позволяющие снять обиду, эмоциональное напряжение; развили коммуникативные навыки, можно сказать, что в процессе реализации программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ происходило формирование положительного отношения к школе.

Результаты исследования самооценки младших школьников с ОВЗ по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) представлены на рисунке 6 (Приложение 4, таблица 5).

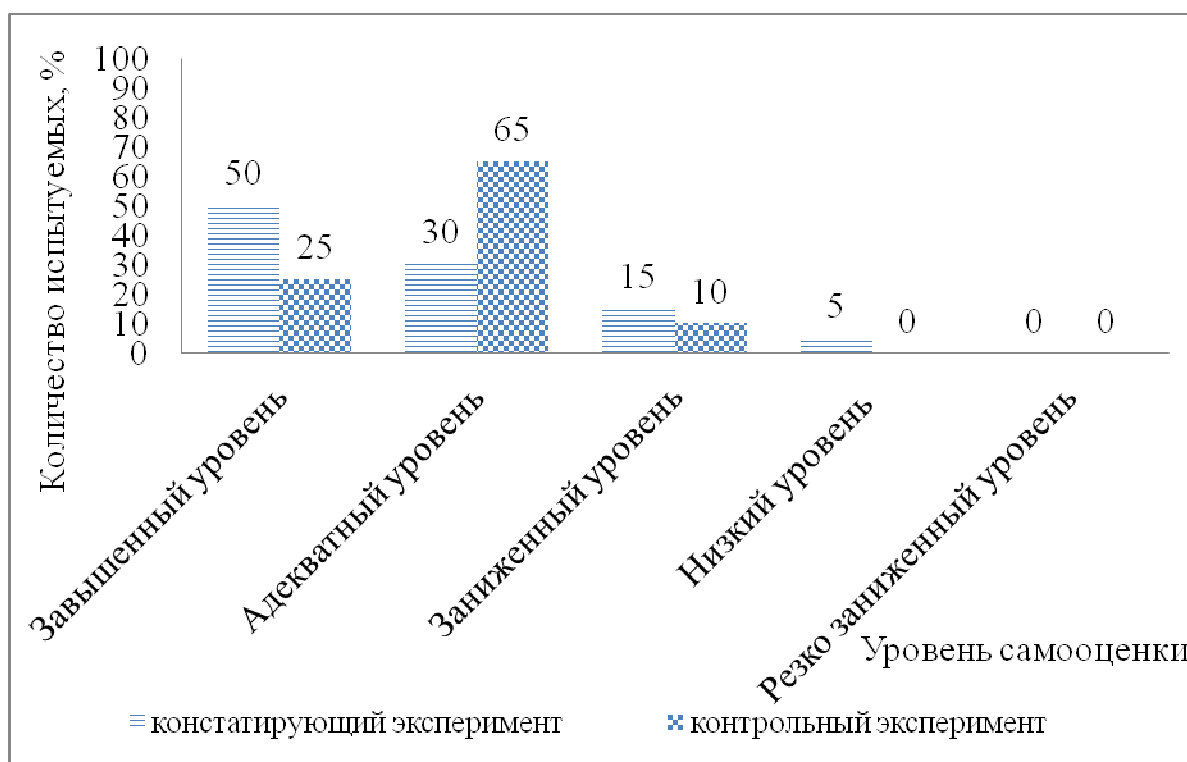


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Т.Д. Марцинковской

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным и низким уровнями самооценки младших школьников с ОВЗ отсутствуют.

Заниженный уровень самооценки имеется у 10 % (2 испытуемых).

При выборе данной ступени обосновывают решение, словами взрослого по отношению к себе, скрывая свое несогласие.

Адекватный уровень самооценки у 65 % (13 испытуемых). Это свидетельствует о том, что младшие школьники с ОВЗ объясняют свои действия, ссылаясь на реальные ситуации. Оценка взрослого совпадает с собственной оценкой.

Завышенный уровень самооценки у 25 % (5 испытуемых).

По методике «Лесенка» число испытуемых с заниженным уровнем самооценки снизилось с 15 % до 10 % (было 3 – стало 2 испытуемых).

Процент испытуемых с адекватным уровнем самооценки вырос с 30 % до 65 % (было 6 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с завышенным уровнем самооценки снизился с 50 % до 25 % (было 10 – стало 5 испытуемых).

Результаты исследования самооценки младших школьников с ОВЗ по методике «Какой я?» (Р.С. Немов), представленные на рисунке 7 (Приложение 4, Таблица 6).

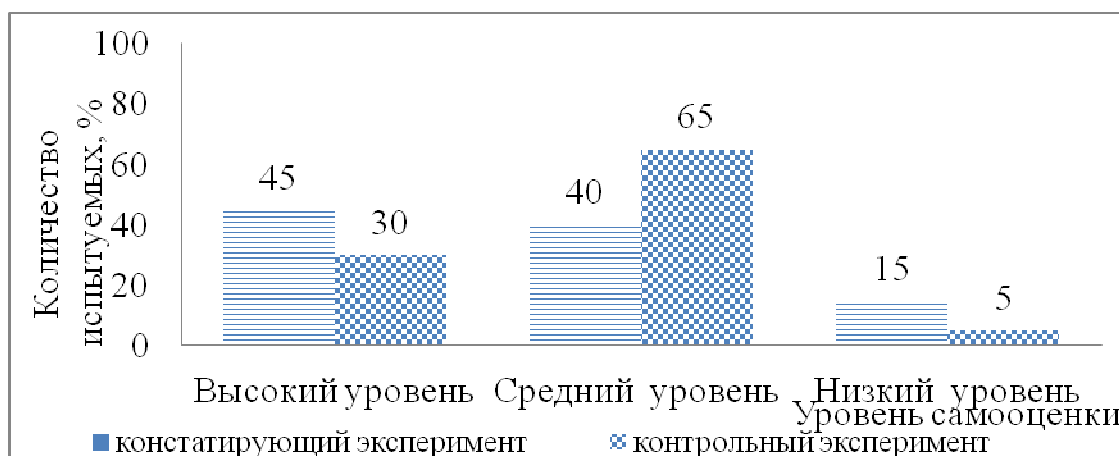


Рисунок 7 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Р.С. Немова

Проведённый анализ по результатам методики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 30 % (6 испытуемых). Испытуемые данного уровня имеют самоуважение, они ощущают собственную ценность и положительное отношение ко

всему, что входит в круг представлений о самом себе.

У 65 % (13 испытуемых) был выявлен средний уровень самооценки. Младшие школьники с ОВЗ, имеющие данный уровень самооценки, реально соотносят ее со своими возможностями и способностями, достаточно критично относятся к себе, реально смотрят на свои успехи и неудачи, ставят перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле.

5 % (1 испытуемый) обладает низким уровнем самооценки. Это говорит об определенных отклонениях в формировании личности. За низким уровнем самооценки могут скрываться два разных психологических явления: настоящая неуверенность в себе и «защитная», когда навязывание (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности, что позволяет не прилагать никаких усилий.

По методике «Какой я?» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 45 % до 30 % (было 9 – стало 6 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 40 % до 65 % (было 8 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки снизился с 15 % до 5 % (было 3 – стало 1 испытуемых).

Результаты исследования самооценки младших школьников с ОВЗ по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн), представленные на рисунке 8 (Приложение 4, Таблица 7).

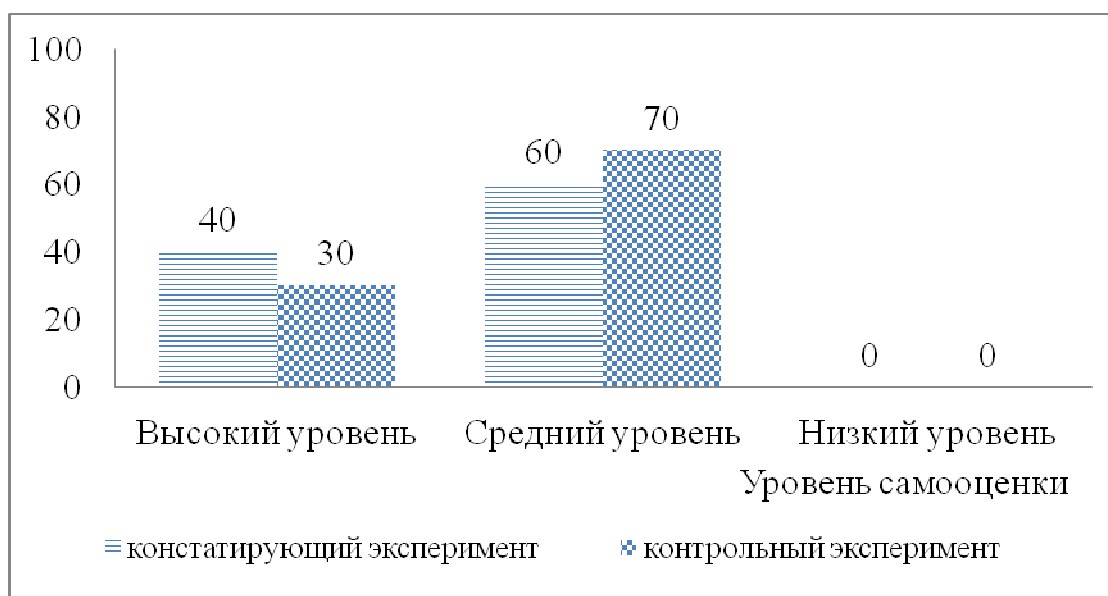


Рисунок 8– Результаты исследования уровня самооценки младших школьников с ОВЗ по методике Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн

Проведённый анализ по результатам методики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 30 % (6 испытуемых). При высоком уровне самооценки у младших школьников с ОВЗ возникает идеализированный образ своей личности и способностей, своей ценности для окружающих, для общего дела. В таких случаях младшие школьники с ОВЗ идет на игнорирование неудач ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел.

У 70 % (14 испытуемых) средний уровень самооценки. При среднем уровне самооценки младшие школьники с ОВЗ правильно соотносит ее со своими возможностями и способностями, достаточно критично относится к себе, стремится реально смотреть на свои успехи и неудачи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле.

К оценке достигнутого он подходит не только со своими мерками, но старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди: близкие и друзья. Иными словами, оптимальная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, то есть без слишком большой

переоценки, но и без излишней критичности к своему общению, поведению, деятельности и переживаниям. Такой уровень самооценки является наилучшей для конкретных условий и ситуаций.

Низкий уровень самооценки ни у кого не наблюдается.

По методике «Исследование самооценки» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 40 % до 25 % (было 8 – стало 5 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 40 % до 60 % (было 8 – стало 12 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки снизился с 20 % до 15 % (было 4 – стало 3 испытуемых).

После реализации программы, повторное проведение методик позволило сделать вывод о том, что наблюдается адекватная самооценка учащихся. Наше исследование, помогло нам определить уровень развития самооценки младших школьников с ОВЗ, мы выяснили, что уровень самооценки у детей чаще, завышенный. Но благодаря программе по формированию самооценки у младших школьников с ОВЗ, мы поспособствовали формированию адекватной самооценки у учащихся.

Таким образом, в ходе эксперимента, по результатам методик мы можем сделать вывод о том, что программа формирования самооценки у детей младшего школьного возраста с ОВЗ реализована. Благодаря ей мы изменили самооценку у младших школьников с ОВЗ.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы необходимо провести математическую обработку по Т-критерию Вилкоксона (Приложение 4, Таблица 9-11).

Для определения эффективности реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ был проведен расчет Т-критерия Вилкоксона по методикам: Т.Д. Марцинковской «Лесенка», Р.С. Немова Т.Д. «Какой Я», Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейна, А.М. Прихожана «Исследование самооценки».

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

Алгоритм подсчета T-критерия Вилкоксона:

1. В любом порядке составляется список испытуемых.
2. Рассчитываем разницу между итогами методик до внедрения коррекционной программы и после. Формулируем гипотезу, определяем, что будет являться «типичным» сдвигом.
3. Разности переводим в абсолютные величины.
4. Полученные абсолютные величины разностей ранжируем, начисляя при этом меньшему значению наименьший ранг.
5. Подсчитаем сумму рангов по формуле $T = \sum R$, где R – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
6. Определим значения для T критические.
7. Построим ось значимости.

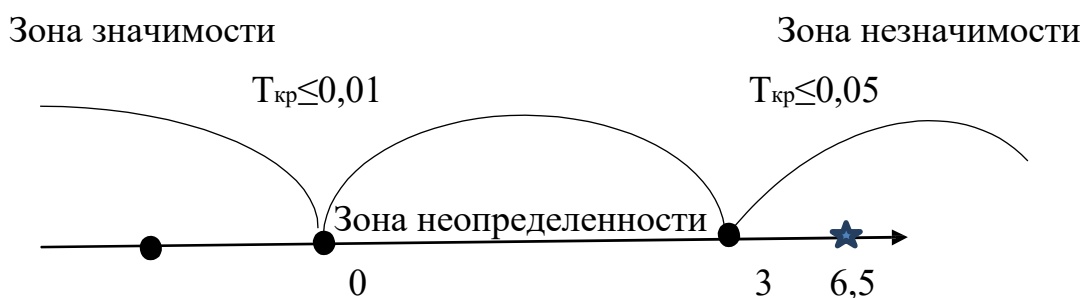


Рисунок 9 – Ось значимости по T-критерию Вилкоксона по методике «Лесенка» Т.Д. Марцинковская

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=7$.

$$T_{кр} = 0 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 3 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости:

$$T_{\text{эмп}} = 6,5$$

$$T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}(0,05)$$

Если $T_{\text{эмп}}$ меньше или равен $T_{\text{кр}}$, сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает. H_1 отвергается, H_0 принимается при $T_{\text{кр}}(0,05)$.

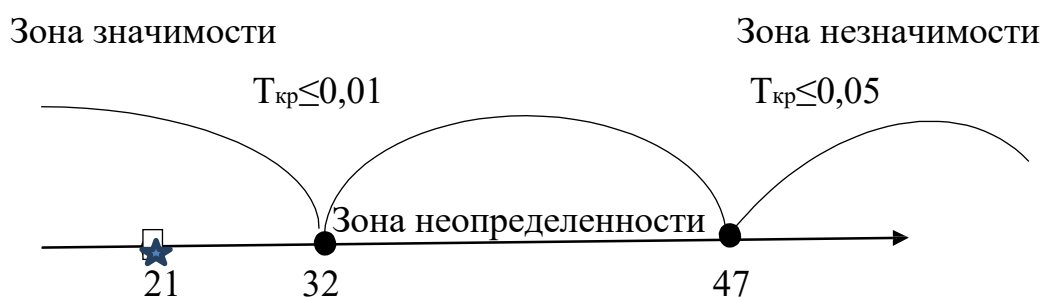


Рисунок 10 – Ось значимости по T -критерию Вилкоксона по методике «Какой Я» Р.С. Немов

По таблице Приложения находим критические значения для T -критерия Вилкоксона для $n=18$.

$$T_{\text{кр}} = 32 (p \leq 0,01)$$

$$T_{\text{кр}} = 47 (p \leq 0,05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:

$$T_{\text{эмп}} = 21$$

$$T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$$

Если $T_{\text{эмп}}$ меньше или равен $T_{\text{кр}}$, сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает. H_0 отвергается, H_1 принимается при $T_{\text{кр}}(0,01)$.

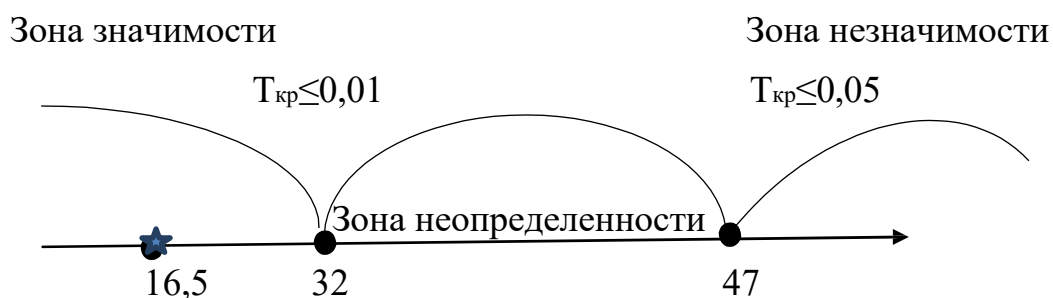


Рисунок 11 – Ось значимости по Т-критерию Вилкоксона по методике «Исследование самооценки» Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=18$.

$$T_{кр} = 32 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 47 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} = 16,5$$

$$T_{эмп} < T_{кр} (0,05)$$

Если $T_{эмп.}$ меньше или равен $T_{кр.}$, сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает. H_0 отвергается, H_1 принимается при $T_{кр} (0,01)$.

Таким образом, контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента произошло изменение в результатах диагностики, их результаты показали, что уровень самооценки у младших школьников с ОВЗ стала ближе к адекватной. Статистически значимые сдвиги произошли на уровне значимости $T_{эмп.} < T_{кр} (0,01)$, следовательно гипотеза подтвердилась.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ

Психолого-педагогические рекомендации – это представленный в

речевой форме проект возможного педагогического воздействия (содействия).

По результатам нашего исследования мы выявили особенности самооценки у младших школьников с ОВЗ. Учитывая выявленные особенности, мы можем предложить следующие рекомендации по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ [38, с. 91]:

1. Педагоги должны умело формировать мотивационную сторону поведения и интерес к занятиям по овладению речевыми и двигательными навыками, другими видами деятельности.

2. Формирование активных качеств личности следует начинать с таких видов деятельности, как игра и элементарный труд. При организации игровой и трудовой деятельности нужно разъяснять ребенку их значение и смысл, наглядно демонстрировать их конечный результат.

3. В процессе игровой и трудовой деятельности дети научаются выполнять требования и инструкции взрослых, считаться с интересами окружающих, доводить начатое дело до конца. Если ребенок не хочет выполнять то или иное действие, важно добиться от него осознания цели выполняемого действия путем подсказки со стороны взрослых.

4. В ходе усвоения нового действия педагоги должны постоянно оказывать ребенку помощь. Варианты помощи меняются в зависимости от возраста ребенка. В младшем дошкольном возрасте педагоги в основном показывают, как надо выполнять действия или задания. В старшем дошкольном возрасте рекомендуется сопровождать показ действия словесной инструкцией. Педагоги побуждают ребенка подумать, каким способом лучше выполнить то или иное задание. Постепенно требования к ребенку должны повышаться, предъявляемые задачи усложняться, что способствует развитию у него волевых качеств.

5. Переход к решению более сложных заданий возможен лишь при условии, что ребенок поверил в свои возможности и его не останавливают отдельные временные неудачи.

6. Для формирования у детей адекватной самооценки взрослые должны постоянно оценивать результаты их деятельности, особенно в случаях, когда ребенок очень старался и приложил много усилий [1, с. 240].

По мнению Г. Рейчлин и К. Винклер, родители задают исходный уровень притязаний ребёнка – то, на что он претендует в учебной деятельности. Уровень притязаний непосредственно влияет на самооценку ребёнка, поэтому родителям для формирования у своих детей с ОВЗ дифференцированной адекватной самооценки в процессе воспитания следует соблюдать следующие рекомендации [53, с. 50]:

1. Находить время, хотя бы несколько минут каждый день, чтобы уделить ребёнку всё своё внимание, не деля его ни с чем.

2. Показать ребёнку, что родители признают и понимают его чувства, даже если не согласны с ним. Объяснить, что разные люди могут иметь разные чувства. Никакие человеческие чувства не бывают правильными или неправильными. Помнить, признавать чувства ребёнка, даже негативные, не значит позволять ему неприемлемое поведение.

3. Как бы ни нравилась ситуация или какой-либо план, спросить об этом мнение ребёнка, если необходимо, предложить ему пару альтернатив. Это не только приучит ребёнка думать самостоятельно, но и понимать, что его мнение ценят, что даёт ребёнку чувство контроля над ситуацией.

4. Показывать детям свою бескорыстную любовь.

5. Установить последовательные, твёрдые ограничения. Это позволит ребёнку понять, что окружающий мир предсказуем. Претворение их в жизнь требует выработки соответствующих последствий за неважное поведение.

6. Хвалить ребёнка за конкретные поступки. Если ребёнок видит,

что родители действительно заметили его попытки что-то сделать хорошо, он их повторит.

7. Использовать ролевые игры для обыгрывания с детьми трудных или незнакомых ситуаций заранее, так чтобы, сталкиваясь с ними, дети чувствовали себя уверенно, комфортно, зная, что делать и чего ожидать.

8. Помочь детям научиться решать проблемы самим, не прибегая к помощи взрослых.

9. Уважать усилия детей.

10. Показывать ребёнку очевидные свидетельства его развития, его достижения. Показывать ребёнку его старые рисунки или его более раннюю видеозапись, чтобы доказать ему, какие он сделал успехи, какие приобрел новые навыки.

11. Объяснить ребёнку, что у всех иногда случаются неудачи. Очень важно понять, что ошибки дают человеку возможность учиться.

12. Стараться концентрироваться на позитивном, придумать что-нибудь интересное.

13. Помочь ребенку почувствовать его важность, поручая ему какие-нибудь дела или обязанности, чтобы помочь семье.

14. Относиться с уважением к индивидуальным особенностям ребёнка, к его степени развития на разных стадиях.

15. Признавать сильные стороны своего ребёнка и хвалить за них, а не фиксировать внимание на его слабостях. Предоставить ребёнку как можно больше возможностей добиваться успеха в том, что ему нравится и что у него получается. Это поможет ему приобрести уверенность в себе.

16. Избегать сравнения своего ребёнка с другими. Пусть он знает, что его любят таким, какой он есть.

17. Рассказывать ребёнку интересные детали о семье, об истории семьи. Просить об это родственников.

18. Обязательно устраивать семейные праздники. Установить собственные семейные традиции.

19. Приоткрывать ребёнку свой внутренний мир, делиться с ним своими пристрастиями, знаниями и эмоциями.

20. Бережно относиться к внутреннему миру ребёнка, уважать его интересы, серьёзно воспринимать огорчения, какими бы тривиальными, повторяющимися и скучными они не казались.

21. Ребёнок должен видеть, что родители гордятся не только им, но и собой.

22. Родители должны понимать, что шуточные прозвища или поддразнивания ребёнком могут восприниматься серьёзно. И если он просит перестать, следует прислушаться к нему.

23. Стараться смотреть на некоторые вещи глазами ребёнка, помнить, что его понимание окружающего мира основывается на ограниченном опыте и не развитом его мышлении.

24. Знакомить ребёнка с многообразием окружающего мира, говорить о том, что каждый человек – уникален, и он тоже.

25. С уважением говорить о культурных, физических и более тонких различиях между людьми.

Советы родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки детей с ОВЗ:

26. Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.

27. Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.

28. Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.

29. Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может

также достичь этого.

30. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.

31. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

32. Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, отношение к его успехам и – неудачам все это оказывает влияние на отношение ребенка к себе.

33. Принимайте ребенка таким, какой он есть, без оценивания и сравнивания его с другими детьми.

34. Если Вы запугиваете, угрожаете ребенку: Вы рискуете потерять веру в вашу любовь и воспитать неуверенного в себе человека.

35. Если Вы прибегаете к насилию: ребенок усвоит этот метод как способ общения.

36. Если Вы шантажируете и подкупаете ребенка: он станет манипулировать людьми и чувствами.

37. Говорите о своих чувствах сразу: выраженные позднее, они лишаются своей подлинности и им трудно поверить.

38. Говорите о своих проблемах и тревогах, выслушивайте мнение детей по этому поводу.

39. Принимайте ребенка, как бы тяжело он не провинился перед вами.

40. Не приносите жертв: детям хорошо только тогда, когда по-настоящему хорошо их родителям [32, с. 188].

Самооценка относится к наиболее важным аспектам формирования личности. Работая над самооценкой младших школьников с ОВЗ, педагоги и родители должны стремиться, чтобы, прежде всего, они поверили в себя, раскрылись, рассмотрели в себе драгоценные крупинки таланта,

встали на путь их развития, были счастливы уже сейчас и в будущем. Важно верить в себя и воплощать свои стремления в жизнь.

Развитие адекватной самооценки – не просто способ сделаться счастливым человеком. Это фундамент, на котором должна строиться вся жизнь, поэтому особое внимание следует уделять формированию самооценки именно в младшем школьном возрасте.

Таким образом, нами были предложены рекомендации для родителей и педагогов по формированию адекватного уровня самооценки у младших школьников с ОВЗ. Для формирования оптимальной самооценки необходимо создать гарантию комфортного ощущения и безопасности для ребенка. Ключевым моментом должны стать проявления понимания и поддержки со стороны педагогов и родителей.

Выводы по 3 главе

Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии была составлена на основе работ таких авторов как: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.Е. Кравченко, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничевой и др. На основе программ этих авторов нами была разработана программа по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии (Приложение 3).

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

После реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии мы повторно провели методики: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Какой я?» (Р.С. Немов); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан), используемые в констатирующем этапе исследования. Целью повторного исследования, на контрольно-

обобщающем этапе, является оценка эффективности программы.

По методике «Лесенка» число испытуемых с заниженным уровнем самооценки снизилось с 15 % до 10 % (было 3 – стало 2 испытуемых). Процент испытуемых с адекватным уровнем самооценки вырос с 30 % до 65 % (было 6 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с завышенным уровнем самооценки снизился с 50 % до 25 % (было 10 – стало 5 испытуемых).

По методике «Какой я?» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 45 % до 30 % (было 9 – стало 6 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 40 % до 65 % (было 8 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки снизился с 15 % до 5 % (было 3 – стало 1 испытуемый).

По методике «Исследование самооценки» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 40 % до 30 % (было 8 – стало 6 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 60 % до 70 % (было 12 – стало 14 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки ни у кого не наблюдалось.

После реализации программы, повторное проведение методик позволило сделать вывод о том, что наблюдается адекватная самооценка учащихся. Наше исследование, помогло нам определить уровень развития самооценки младших школьников с ОВЗ, мы выяснили, что уровень самооценки у детей чаще, завышенный. Но благодаря программе по формированию самооценки у младших школьников с ОВЗ, мы поспособствовали формированию адекватной самооценки у учащихся. Контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента самооценка у младших школьников с ОВЗ стала ближе к адекватной.

Проанализировав причины неадекватной самооценки младших школьников с ОВЗ и в результате проведенного эмпирического

исследования были выработаны рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ: стараться больше времени проводить с ребенком, чаще хвалить, развивать кругозор ребенка, стимулировать познавательную активность ребёнка положительными подкреплениями, давать содержательную оценку работе ребенка и др.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование самооценки младших школьников с ОВЗ достигло своей цели, решены поставленные задачи, подтверждена гипотеза, что позволило нам сделать следующие выводы.

Проведенный анализ состояния проблемы самооценки младших школьников с ОВЗ позволил уточнить понятие «самооценка» - является регулятором поведения, напрямую оказывает влияние на его внутреннее состояние, на его деятельность, поведенческие реакции, взаимоотношения в коллективе.

В психологической литературе как отечественной, так и зарубежной, самооценке уделено большое внимание. Вопросы ее онтогенеза, структуры, функций, возможностей направленного формирования обсуждаются в работах Л.И. Божович, И.С. Кона, М.И. Лисиной, К. Роджерса, Э. Эриксона и других психологов.

Модель включает 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

Теоретический блок включает изучение теоретических основ исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ. Диагностический блок содержит анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования и проведение констатирующего эксперимента. Формирующий блок посвящен реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии. Аналитический блок включает эффективность и результат реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Наше опытно-экспериментальное исследование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В исследовании самооценки у младших

школьников с ОВЗ использовались следующие методы и методики: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание), эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); методика «Какой я?» (Р.С. Немов); методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан) и метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона.

Исследование проводилось в МБОУ СОШ № 115 г. Челябинска. В исследовании принимали участие младшие школьники 1-А класса в количестве 20 человек с ОВЗ.

Констатирующий эксперимент проводился с целью выявления уровня адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

Результаты диагностики адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ на констатирующем этапе свидетельствуют о высоком, среднем, реже низком уровнях. Поэтому, программа формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии позволил изменить нам уровень адекватной самооценки.

Формирующий эксперимент предполагал проведение диагностики, затем реализацию программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии, затем повторное проведение диагностики.

По результатам повторного диагностического обследования была произведена оценка эффективности реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Анализ динамики всех показателей уровня адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ до и после эксперимента осуществляется с помощью Т-критерия Вилкоксона. Интенсивность сдвигов значима, т.е. уровень формирования адекватной самооценки младших школьников с

ОВЗ изменился в результате реализации программы формирования самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии.

Реализация программы формирования адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии, оказалась эффективной в отношении некоторых показателей адекватной самооценки младших школьников с ОВЗ.

По методике «Лесенка» число испытуемых с заниженным уровнем самооценки снизилось с 15 % до 10 % (было 3 – стало 2 испытуемых). Процент испытуемых с адекватным уровнем самооценки вырос с 30 % до 65 % (было 6 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с завышенным уровнем самооценки снизился с 50 % до 25 % (было 10 – стало 5 испытуемых).

По методике «Какой я?» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 45 % до 30 % (было 9 – стало 6 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 40 % до 65 % (было 8 – стало 13 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки снизился с 15 % до 5 % (было 3 – стало 1 испытуемый).

По методике «Исследование самооценки» число испытуемых с высоким уровнем самооценки снизилось с 40 % до 30 % (было 8 – стало 6 испытуемых). Процент испытуемых со средним уровнем самооценки вырос с 60 % до 70 % (было 12 – стало 14 испытуемых). Процент испытуемых с низким уровнем самооценки ни у кого не наблюдалось.

Формирование адекватной самооценки – не просто способ сделаться счастливым человеком. Это фундамент, на котором должна строиться вся жизнь, поэтому особое внимание следует уделять формированию самооценки именно в младшем школьном возрасте.

Цели и задачи исследования полностью реализованы, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аркушенко, А. Е. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебное пособие / А. Е. Аркушенко, О. А. Ларина. – М.: Эксмо, 2012. – 320 с.
2. Архиреева, Т. В. Становление критического отношения к себе у детей младшего школьного возраста [Текст] : учебник для вузов / Т. В. Архиреева. – М.: Флинта: Наука, 2015. – 550 с.
3. Аспер, К. Внутренний ребёнок и самооценка [Текст] : учебное пособие / К. Аспер. – М.: Добросвет, 2011. – 368 с.
4. Белопольская, Н. Л. Психологическая диагностика личности детей с задержкой психического развития [Текст] : учебник для вузов / Н. Л. Белопольская. – М. Изд-во УРАО. – 2017. – 147 с.
5. Бордовская, Н. В. Психология и педагогика [Текст] : учебник для студентов вузов / Н. В. Бордовская, С.И. Розум. – СПб: Питер, 2011. – 620 с.
6. Бурамбаева, Д. А. Формирование адекватной самооценки младших школьников как фактор психологической безопасности личности [Электронный ресурс] / Д. А. Бурамбаева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/75028.htm>. – Загл. с экрана.
7. Васильева, Е. Н. Формирование учебной самооценки учащихся в начальной школе [Электронный ресурс] / Е. Н. Васильева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95367.htm>. – Загл. с экрана.
8. Вегнер, А. А. Психологическое обследование младших школьников [Текст] : учебное пособие / А. А. Вегнер, Г. А. Цукерман. – М.: Владос-Пресс, 2015. – 160 с.
9. Волков, Б. С. Младший школьник. Как помочь ему учиться [Текст] : учебное пособие / Б. С. Волков. – М.: Академический проект, 2014. –

143 с.

10. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] : учебное пособие для вузов / Л. С. Выготский. – М.: АСТ, 2008. – 671 с.

11. Галгин, С. П. Воспитание. Личность. Общество [Текст] : учебное пособие / С. П. Галгин. – М.: Феникс, 2016. – 910 с.

12. Галкина, Т. В. Самооценка как процесс решения задач. Системный подход [Текст] / Т. В. Галкина. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 399 с.

13. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] : учебное пособие / М. В. Гамезо, Е. А. Петрова. – М.: Педагогическое общество России, 2018. – 512 с.

14. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога [Текст] / сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 2013. – 800 с.

15. Гольева, Г. Ю. Изучение влияния тревожности на самооценку детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Г. Ю. Гольева, М. Г. Чебелюк // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56110.htm>. – Загл. с экрана.

16. Грибанова, Г. В. Психологическая характеристика личности младшего школьника с задержкой психического развития [Текст] / Г. В. Грибанова // Дефектология. – 2006. – № 3. – С. 13-20.

17. Захарова, А. В. Психология формирования самооценки [Текст] : учебное пособие / А. В. Захарова. – М. – 2015. – 312 с.

18. Зинько, Е. В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки младших школьников [Текст] / Е. В. Зинько // Вестник московского университета. – 2011. – №3 (14). – С. 35-38.

19. Каменская, Е. Н. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебное пособие / Е. Н. Каменская. – М.: Феникс, 2016. – 256 с.

20. Коваленко, Е. Г. Психолого-педагогические факторы становления самооценки первоклассников [Электронный ресурс] / Е. Г.

Коваленко, Л. А. Начарова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа : <http://e-koncept.ru/2017/771160.htm> – Загл. с экрана.

21. Коротенко, И. В. Особенности личностной дезадаптации у первоклассников с задержкой психического развития [Текст] : автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.10 / Нижегород. гос. пед. ун-т. – Нижний Новгород, 2015. – 220 с.

22. Костенкова, Ю. А. Дети с задержкой психического развития [Текст] / Ю. А. Костенкова, Р. Д. Триггер, С. Г. Шевченко. – М.: Школьная Пресса, 2014. – 64 с.

23. Костяк, Т. В. Тревожный ребёнок. Младший школьный возраст [Текст] : учебное пособие / Т. В. Костяк. – М.: Академия, 2018. – 276 с.

24. Кропачева, М. Н. Психологические особенности самоотношения у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] : автореф. канд. психол. наук / М. Н. Кропачева. – Н. Новгород, 2010. – 187 с.

25. Кулагина, И. Ю. Младшие школьники: особенности развития [Текст] : учебное пособие / И. Ю. Кулагина. – М.: Эксмо, 2019. – 176 с.

26. Лаврух, Н. А. Особенности формирования и коррекции самооценки младших школьников с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Н. А. Лаврух // Современная педагогика. – 2012. – № 1. – С. 23-28.

27. Ларина, А. Б. Формирование познавательной самооценки учащихся в начальной школе [Текст] : методическое пособие / А. Б. Ларина. – Калининград: КОИРО, 2011. – 572 с.

28. Лебединский, В. В. Нарушение психического развития в детском возрасте [Текст] : учеб. пособие / В. В. Лебединский. – М.: Академия, 2013. – 144 с.

29. Липкина, А. И. Самооценка школьника [Электронный ресурс] / А. И. Липкина. – Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01006939834> – Загл. с экрана.

30. Лисина, М. И. Формирование личности ребёнка в общении [Текст] : учебное пособие / М. И. Лисина. – П.: Питер, 2013. – 410 с.
31. Малашихина, И. А. Специальная психология [Текст] / И. А. Малашихина, Н. В. Черепкова. – Ставрополь: СГУ, 2012. – 87 с.
32. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии [Текст] : учебное пособие / И. И. Мамайчук. – СПб.: Речь, 2014. – 400 с.
33. Манухина, Я. А. Особенности проявления феномена я-концепции у детей с задержкой психического развития как условие учебной адаптации [Текст] / Я. А. Манухина, Д. Ю. Шигашов, В. А. Худик // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2014. – №2. – С. 32-36.
34. Молчанова, О. Н. Самооценка: Теоретические проблемы и эмпирические исследования [Текст] : учеб. пособие / О. Н. Молчанова. – М.: Флинта: Наука, 2012. – 392 с.
35. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст] : учебное пособие / В. С. Мухина. – М.: Академия, 2014. – 453 с.
36. Неретина, Т. Г. Специальная педагогика и коррекционная психология [Текст] / Т. Г. Неретина // НОУ ВПО «МПСИ». – 2014. – С. 20-23.
37. Немов, Р. С. Психология [Текст] : учебное пособие / Р. С. Немов. – М.: Владос, 2017. – 640 с.
38. Никишина, В. Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: пособие для психологов и педагогов [Текст] / В. Б. Никишина. – М.: ВЛАДОС, 2014. – 126 с.
39. Никуленко, Т. Г. Коррекционная педагогика [Текст] : учеб. пособие для вузов / Т. Г. Никуленко. – М.: Феникс, 2016. – 382 с.
40. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология [Текст] : учебное пособие / Л. Ф. Обухова. – М.: Юрайт, 2011. – 352 с.

41. Осипова, А. А. Общая психокоррекция [Текст] : учебное пособие для вузов / А. А. Осипова. – М.: Феникс, 2015. – 512 с.
42. Осипова, А. Ф. Влияние самооценки на агрессивное поведение младших школьников [Электронный ресурс] / А. Ф. Осипова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95158.htm> – Загл. с экрана.
43. Основы специальной психологии [Текст] : учеб. пособие / под ред. Л. В. Кузнецовой. – М.: Академия, 2013. – 480 с.
44. Петрова, В. Г. Психология умственно отсталых школьников [Текст] / В. Г. Петрова, И. В. Белякова. – М.: Академия, 2012. – 160 с.
45. Петровский, А. В. Теоретическая психология [Текст] : учебное пособие / А. В. Петровский. – М.: Новая школа, 2016. – 485 с.
46. Пирожкова, Н. В. Взаимосвязь самооценки младших школьников с их социометрическим статусом [Электронный ресурс] / Н. В. Пирожкова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://ekoncept.ru/2015/75045.htm>. – Загл. с экрана.
47. Полякова, М. В. Концепты теории воспитания [Текст] : практ.-ориентир. монография / М. В. Полякова. – Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2011. – 172 с.
48. Прохоренко, Л. И. Психологические особенности проявления самооценки у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / Л. И. Прохоренко // Научно-исследовательские публикации. – 2014. – № 1 (5). – С. 76-85.
49. Развитие человека в современном мире: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой. – Новосибирск: НГПУ, 2013. – 400 с.
50. Реан, А. А. Психология человека от рождения до смерти [Электронный ресурс] / А. А. Реан. – Режим доступа:

http://sbiblio.com/biblio/archive/rean_psi/10.aspx – Загл. с экрана.

51. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст] : учеб. пособие / Е. И. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 2013. – 529 с.

52. Сарджвеладзе, Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Электронный ресурс] / Н. И. Сарджвеладзе. – Режим доступа: http://pedlib.ru/Books/1/0199/index.shtml?from_page=100 – Загл. с экрана.

53. Сергеева, Е. В. Становление действий самоконтроля и самооценки у младших школьников [Текст] / Е. В. Сергеева // Начальная школа плюс До и После. – 2016. – №6. – С. 50-51.

54. Смирнова, С. И. Изучение взаимосвязи самооценки с некоторыми личностными качествами у младших школьников с задержкой психического развития / С. И. Смирнова // Вестник ВятГГУ, 2016. – № 3. – С. 167-172.

55. Соколова, Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности [Текст] / Е. Т. Соколова. – М.: Изд-во МГУ, 2014. – 213 с.

56. Соколова, Е. В. Психология детей с задержкой психического развития [Текст] : учебное пособие / Е. В. Соколова. – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 320 с.

57. Соловьева, О. В. Генезис морального самосознания в отечественной психологии [Электронный ресурс] / О. В. Соловьева, Е. П. Шматова // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журнал. – Режим доступа : <http://ppip.idnk.ru> – Загл. с экрана.

58. Столин, В. В. Самосознание личности [Текст] : учебное пособие / В. В. Столин. – Издательство Московского Университета. – 2013. – 300 с.

59. Тихомирова, Е. И. Социальная педагогика. Самореализация школьников в коллективе [Текст] / Е. И. Тихомирова. – М.: Академия, 2018. – 287 с.

60. Тригер, Р. Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития [Текст] / Р. Д. Тригер. – СПб.: Питер,

2014. – 192 с.

61. Ушинский К. Д. Человек как предмет воспитания [Текст] : учебное пособие / К. Д. Ушинский. – М.: Фаир-Пресс, 2015. – 239 с.

62. Фельдштейн, Д. И. Психология развития человека [Текст] : учебник для вузов / Д. И. Фельдштейн. – М.: МПСИ, 2015. – 453 с.

63. Феннел, М. Как повысить самооценку [Текст] / М. Феннел. – М.: АСТ, 2015. – 146 с.

64. Шаяхметова, В. К. Исследование формирования самооценки младших школьников [Электронный ресурс] / В. К. Шаяхметова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://ekoncept.ru/2015/15068.htm>. – Загл. с экрана.

65. Шилова, А. А. Формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста как фактора успешной социализации [Электронный ресурс] / А. А. Шилова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/86741.htm>. – Загл. с экрана.

66. Яковлева, М. В. Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников [Электронный ресурс] / М. В. Яковлева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95074.htm>. – Загл. с экрана.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики психологической диагностики самооценки у младших школьников с ОВЗ

1. Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская).

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

«Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

Рисунок «лесенки» для изучения самооценки. Инструкция (групповой вариант).

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

Инструкция (индивидуальный вариант).

При индивидуальной работе с ребенком очень важно создать атмосферу доверия, открытости, доброжелательности. У ребенка должен быть бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

Обработка результатов и интерпретация

Ступенька 1 – завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка», «см»).

Ступеньки 2, 3 – адекватная самооценка.

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю,

хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 – заниженная самооценка.

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 – низкая самооценка.

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишний раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших современном начальном образовании.

Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом – основные причины конфликтов в детской среде.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка.

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье). Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

2. Методика «Какой я?» (Р.С. Немов).

Цель: предназначена для определения самооценки ребенка 6-9 лет. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы. Оценка результатов

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется по общей сумме баллов, набранной ребенком по всем качествам личности.

Таблица 1 – Протокол методики

№ п/п	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
		Да	Нет	Иногда	Не знаю
1	Хороший				
2	Добрый				
3	Умный				
4	Аккуратный				
5	Послушный				
6	Внимательный				
7	Вежливый				
8	Умелый (способный)				
9	Трудолюбивый				
10	Честный				

- 10 баллов – очень высокий;
- 8-9 баллов – высокий;
- 4-7 баллов – средний;
- 2-3 балла – низкий;
- 0-1 балл – очень низкий.

Согласно возрастной норме, самооценка дошкольника высокая. Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы (например, послушный, честный) могут свидетельствовать об адекватности самооценки. Так, например, если наряду с ответами «да» на все вопросы ребенок утверждает, что он «послушный всегда», «честный всегда», можно предположить, что он не всегда достаточно критичен к себе. Адекватность самооценки можно проверить, сравнив ответ ребенка по данной шкале с ответами родителя о ребенке по тем же личностным качествам.

3. Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан).

С.Я. Рубинштейн предлагала в методике 4 обязательные шкалы: здоровье, умственное развитие, характер и счастье. Но можно добавить дополнительные анализируемые свойства, например, удовлетворенность собой и оптимизм.

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Проведение исследования:

Инструкция: Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

- 1.Здоровье.
- 2.Ум, способности.
- 3.Характер
- 4.Авторитет у сверстников.
- 5.Умение многое делать своими руками, умелые руки.
- 6.Внешность.
- 7.Уверенность в себе.

На каждой линии чертой (–) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (х) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина – едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально – с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

Обработка и интерпретация результатов:

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная – «здоровье»

– не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54 мм = 54 баллам).

Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

Уровень притязаний:

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он – индикатор неблагоприятного развития личности.

Высота самооценки:

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Дельта= УП – СО:

0-7 – уровень притязания не является стимулом для развития, особенно для низкой самооценки;

8-22 – умеренная. Школьник ставит задачи, которые может достичь, реально смотрит;

> 23 – конфликт. Низко оценивает себя, а уровень притязаний слишком высокий.

Отрицательная дельта – при низкой самооценке человек не развивается, махнул на себя рукой.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) до реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Ступени	Уровень
1	А.И.	1	Завышенный
2	А.О.	2	Адекватный
3	А.Р.	3	Адекватный
4	А.С.	2	Адекватный
5	Б.К.	1	Завышенный
6	В.Н.	5	Низкий
7	В.Г.	2	Адекватный
8	Г.О.	1	Завышенный
9	Д.А.	2	Адекватный
10	Д.О.	4	Заниженный
11	З.К.	4	Заниженный
12	К.О.	1	Завышенный
13	К.В.	2	Адекватный
14	К.Е.	1	Завышенный
15	К.Н.	4	Заниженный
16	М.А.	1	Завышенный
17	Р.Т.	1	Завышенный
18	С.С.	1	Завышенный
19	Т.В.	1	Завышенный
20	Т.Н.	1	Завышенный

Завышенный уровень: 50 % (10 испытуемых);
Адекватный уровень: 30 % (6 испытуемых);
Заниженный уровень: 15 % (3 испытуемых);
Низкий уровень: 5 % (1 испытуемый);
Резко заниженный: 0 % испытуемых (0 испытуемых).

Таблица 3 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) до реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1	А.И.	8	Высокий
2	А.О.	2	Низкий
3	А.Р.	4	Средний
4	А.С.	5	Средний
5	Б.К.	8	Высокий
6	В.Н.	2	Низкий
7	В.Г.	8	Высокий
8	Г.О.	5	Средний
9	Д.А.	8	Высокий
10	Д.О.	8	Высокий

11	З.К.	4	Средний
12	К.О.	8	Высокий
13	К.В.	7	Средний
14	К.Е.	8	Высокий
15	К.Н.	6	Средний
16	М.А.	3	Низкий
17	Р.Т.	9	Высокий
18	С.С.	5	Средний
19	Т.В.	8	Высокий
20	Т.Н.	4	Средний

Высокий уровень: 45 % (9 испытуемых);

Средний уровень: 40 % (8 испытуемых);

Низкий уровень: 15 % (3 испытуемых).

Таблица 4 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) до реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1	А.И.	75	Высокий
2	А.О.	45	Средний
3	А.Р.	74	Средний
4	А.С.	71	Средний
5	Б.К.	46	Средний
6	В.Н.	49	Средний
7	В.Г.	77	Высокий
8	Г.О.	56	Средний
9	Д.А.	48	Средний
10	Д.О.	70	Средний
11	З.К.	76	Высокий
12	К.О.	69	Средний
13	К.В.	58	Средний
14	К.Е.	63	Средний
15	К.Н.	77	Высокий
16	М.А.	76	Высокий
17	Р.Т.	75	Высокий
18	С.С.	76	Высокий
19	Т.В.	75	Высокий
20	Т.Н.	61	Средний

Высокий уровень: 40 % (8 испытуемых);

Средний уровень: 60 % (12 испытуемых);

Низкий уровень: 0% (0 испытуемых).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ методом арт-терапии

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников с ОВЗ.

Задачи:

- 1.Снизить уровень эмоционального напряжения.
- 2.Повысить уверенность детей в себе.
- 3.Формировать положительные нравственные качества.
- 4.Формировать коммуникативные навыки.
- 5.Развивать способность позитивного отношения к людям.
- 6.Развивать адекватную самооценку.

Предмет развития: самооценка младших школьников с ОВЗ. Средства развития: этюды, игры, упражнения, приёмы арт-терапии. Форма работы групповая.

Общее время для реализации программы 5 недель, при частоте 2 занятия в неделю, всего 10 занятий, при этом длительность занятия 40 минут.

Все проводимые занятия имеют четкое структурирование, которое состоит из нескольких взаимосвязанных частей:

1.Приветствие. Данный ритуал позволяет сплотить участников, создавая атмосферу полного доверия в группе и принятия друг друга.

2.Разминка. Данный этап очень хорошо влияет на эмоциональное состояние всех участников, а также на уровень их активности. Очень важное значение разминка оказывает на настройку организма младших школьников с ОВЗ на продуктивную групповую деятельность.

3.Основная часть занятия. Данный этап занятия включает в себя целый набор различных упражнений и техник.

4.Рефлексия. На данном этапе предполагается оценивание участниками занятия с помощью двух оценок: смысловая оценка – что дало данное занятие ребенку, какое влияние оно оказало на развитие личности; и эмоциональное – понравилось или не понравилось занятие.

5.Прощание. Данный ритуал служит логическим завершением занятия.

Занятие № 1. «Познакомимся?»

Цель: знакомство с правилами работы в группе. Знакомство. Правила работы в группе. Время: 5 мин.

Упражнение № 1. «Введение».

Цель: создать мотивацию, климат для совместной деятельности.

Каждый, несомненно, знает, что такое юмор. Иногда нам весело, иногда нам не хватает этого, много раз я хочу поднять настроение, но нам грустно. Очень странное явление – изменения в настроении. Для всех важно знать: что не должно обескураживать. Идем как можно быстрее. Отправляйся в чудесную страну! Сегодня мы собираемся посетить страну хорошего настроения.

Упражнение № 2. «Красочная атмосфера».

Цель: следить за своим эмоциональным состоянием, своим настроением.

- Раз, два, три, четыре, пять – начинаем мы играть! Сейчас я научу вас раскрашивать свое настроение. Я открою вам такой секрет. Оказывается, каждое настроение имеет свой цвет. Посмотрите – у меня есть разноцветные карточки. Мы разложим их по кругу. Получился цветик-восьмицветик – цветок настроений.

Каждый лепесток – разное настроение: красный – бодрое, активное настроение – хочется прыгать, бегать, играть в подвижные игры; желтый – веселое настроение – хочется радоваться всему; зеленый – общительное настроение – хочется дружить с другими детьми, разговаривать и играть с ними; синий – спокойное настроение –

хочется спокойно поиграть, послушать интересную книгу, посмотреть в окно; малиновый – мне трудно понять свое настроение, и не слишком хорошее, и не слишком плохое; серый – скучное настроение – не знаю чем заняться; коричневый – сердитое настроение – я злюсь, я обижен; черный – грустное настроение – мне грустно, я расстроен.

- Мы отправим клубочек по кругу и каждый из вас скажет, какого цвета сейчас его настроение. Я начну, а вы продолжите. Дети обозначают цветом свое настроение.

- Спасибо, мне очень приятно, что у многих из вас сейчас хорошее настроение. А тем ребятам, у кого оно не очень хорошее, мы сейчас поможем.

Упражнение № 3 «Танцуем».

Цель: создание дружеской атмосферы, командообразование.

Упражнение № 4 «Веселые рисунки».

Цель: тренировка памяти, повышение уверенности в себе.

Игра предназначена для детей дошкольного возраста и тренирует память на названия предметов. На пяти листах бумаги нужно нарисовать забавные несуществующие предметы – фрукты, овощи, животных и т.п. Каждому предмету придумывается необычное название. Затем детям показывают рисунки и говорят названия каждого из них, предварительно предупредив, что их нужно запомнить. Потом рисунки убирают, а через несколько секунд показывают снова, а дети угадывают их названия. Если вы играете с одним ребенком, то он просто должен будет угадать как можно больше предметов. Если с несколькими – устройте соревнования, начисляя за каждый угаданный предмет один балл или выдавая поощрение. Если игроки совсем маленькие, нужно придумывать название попроще, а карточек с рисунками сделать поменьше.

Занятие № 2. «Кто я?»

Цель: продолжение знакомства с участниками. Создание позитивной мотивацию для следующих занятий.

Приветственный ритуал: участники сидят в кругу. «Сегодня мы начали так: встать (психолог встает, прося всех членов группы сделать то же самое) и попрощаться, и это должно быть сделано со всеми, никого не впуская».

Отражение на входе: время: 10 мин.

Какое настроение вы принесли сегодня с собой?

Упражнения № 1. «Пузырьки».

Цель: становление сплочённости, развитие эмпатии, эмоциональный разогрев.

Описание игры: Дети стоят в кругу очень тесно – это «сдутый пузырь». Потом они его надувают: дуют в кулачки, поставленные один на другой, как в дудочку. После каждого выдоха делают шаг назад – «пузырь» увеличивается, сделав несколько выдохов, все берутся за руки и идут по кругу, приговаривая: «Раздувайся, пузырь! Раздувайся большой! Оставайся такой, Да не лопайся!» Получается большой круг. Затем педагог говорит: «Хлоп!» (или хлопает в ладоши) – пузырь лопается, все сбегается к центру («пузырь» сдулся) или разбегаются по комнате. Последний раз дети только надувают шар, не лопая его.

Упражнения № 2. «Кто же я?».

Цель: самопознание, исследование своего характера.

Процедура проведения: «человек часто задаёт вопросы, но в основном другим. Эти вопросы могут быть о чём угодно, только не о себе. Сейчас мы с вами попытаемся ответить на вопрос: какой я человек? Возьмите лист бумаги и ответьте на предлагаемые вопросы:

- мой жизненный путь: каковы мои основные успехи и неудачи? С чем это связано?

- влияние семьи: как на меня влияют мои родители, братья и сёстры, другие близкие? Возможно, ли что-то изменить? И хотелось бы?

- моё мнение о том, как видят меня другие?

Ваши ответы должны быть предельно откровенными, так, как, кроме вас, их никто не увидит. Только с вашего разрешения с этими ответами ознакомлюсь я. В конце занятия у вас накопятся ответы на этот простой и одновременно такой сложный вопрос: какой я человек? Эти ответы помогут вам лучше разобраться в себе.

Упражнение № 3. «Общая игрушка».

Цель: развитие положительного отношения к себе, развитие быстроты реакции, развитие умения действовать в команде.

Дети стоят в кругу. По кругу пускают игрушки. Передавая игрушку, дети говорят: «Дальше, дальше...». Сначала их в два раза меньше, чем детей. По мере увеличения скорости передачи игрушек из рук в руки количество игрушек увеличивается. Вариант. Дети сидят на ковре и перекачивают друг другу мячи, не останавливаясь. Количество мячей от 2 до 5. Вариант. Можно добавить еще одно правило. Когда взрослый скажет: «Всё наоборот», игрушки или мячи передаются в обратном направлении.

Упражнение № 4. «Сегодня я чувствую себя именно так».

Цель: изучение своего эмоционального состояния и умение выражать его при помощи слов, мимики и жестов.

Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» - и показывает невербально свое состояние. Остальные дети говорят: «Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой» и копируют его жесты, мимику, позу. В игре должен принять участие каждый ребенок. В заключение дети берутся за руки и хором говорят: «Здравствуйте все!».

Рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?
- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?
- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Все дошкольники становятся в круг, кладут руки своим соседям на плечи. После дружного счета «один, два, три» все говорят друг другу «До встречи!».

Занятие № 3. «Всё сумею, всё смогу сам»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия: Психолог предлагает младшим школьникам с ОВЗ обратиться ко всем ребятам и поздороваться с ними так, как ему хочется. Все дошкольники совместно с психологом повторяют каждое приветствие.

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы сегодня принесли с собой?

Упражнение № 1. «Те, у кого ... встаньте!».

Цель: положительный настрой на предстоящую работу, развитие положительного отношения к коллективу.

Дети сидят на стульях. Ведущий говорит: «Встаньте те, у кого: Светлые волосы. Карие глаза. В одежде есть синий цвет. Пишет левой рукой. Любит танцевать.

Вариант: «Похлопайте в ладоши те, кто сегодня грустный (любит смотреть мультики и т.п.)» Затем делают вывод, что у всех есть много общего.

Упражнение № 2. «Младший школьник».

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Психолог: «Ребята, как вас называли в садике? А как вас называют в школу? Скажите, чем отличается школьник от дошкольника? Верно, школьник делает домашнее задание, ходит в школу, учится на уроках. А что делают дошкольники? А может ли школьник играть и бегать? На самом деле школьник тоже может играть и бегать. Я вам открою маленький секрет: каждый из вас может вести себя как школьник, а иногда как – дошкольник. Нужно знать, когда вы можете вести себя как

школьники, а когда можно вести как дошкольник. Сейчас я буду называть разные ситуации, а вы подумаете, как нужно себя вести в этой ситуации – как школьник или как дошкольник. – На уроке. – Дома. – С друзьями. И т.д.»

Упражнение № 3. «Любовь к себе».

Цель: познакомить детей к правильному отношению к себе и окружающим.

Упражнение № 4. «Собери себя».

Цель: формирование положительного отношения к себе.

Детям из геометрических фигур предлагается создать аппликацию на тему «Я».

Упражнение № 5. «Летающий самолет, отдыхающий самолет».

Цель: снять эмоциональное напряжение путем чередования сильного напряжения и быстрого расслабления мышц.

Процедура проведения: Ведущий предлагает ребятам полетать. Но сначала они должны превратиться в быстрые самолетик. Дети поднимают руки, как крылья, напрягают их (потому что нужны сильные крылья, чтобы самолетик летел). Стоя на месте, дети изображают самолетик (смысл упражнения в том, чтобы напрягать и расслаблять руки), жужжат «моторами», двигают «крыльями», затем опускают их расслабленными – самолетик прилетели, крылья устали и хотят отдохнуть.

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?

- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?

- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Дошкольники образуют круг. По команде психолога, участники по кругу пожимают двумя руками руку соседа, говорят – «До свидания! Мы ещё встретимся!».

Занятие № 4. «В воздухе – на земле»

Цель: развитие волевых качеств личности.

Ритуал приветствия: Младшим школьникам предлагается по очереди обратиться к соседу и проговорить «здравствуй, мне приятно тебе сказать, что...».

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы сегодня мне принесли?

Упражнение № 1. «Запутались».

Цель: разогрев, сплочение группы, снижение напряженности.

«Сейчас один из вас, доброволец, должен выйти за двери. Остальные должны встать в круг и взяться за руки. После того как образуется плотное кольцо, необходимо «запутаться», не разжимая рук. Когда «клубок» будет готов, мы пригласим ведущего, который «распутает» группу». Можно провести путаницу еще раз, предложив кому-либо из группы «запутать» всех остальных, а другому ведущему распутать.

Упражнение № 2. «Спасатели».

Цель: развитие волевых качеств младших школьников с ОВЗ.

Необходимое оборудование: шведская лестница, колокольчик.

Ход игры. На самом вершине шведской лестницы крепится колокольчик. Дети делятся на две команды. Игрок каждой команды – пожарный, которому надо вскарабкаться по лестнице на самый верх и позвонить в колокольчик. Выигрывает та команда, все участники которой первыми выполняют задание. Игра начинается по команде ведущего.

Упражнение № 3. «Водила».

Цель: совершенствование двигательных умений, развитие волевых качеств, упорства, дисциплинированности.

Сначала выбирается водящий. Он становится лицом к стенке или просто спиной к остальным игрокам, которые располагаются в 10-15 шагах за ним. «Водила» произносит фразу «Тише едешь – дальше будешь» и быстро оборачивается,

внимательно оглядывая игроков. Игроки могут двигаться, только пока водящий произносит фразу. Когда он поворачивается, все должны быть полностью неподвижными. Если игрок хоть немного пошевелится или даже просто улыбнется, то он выбывает из игры. Побеждает тот, кто сможет вплотную приблизиться к водящему и коснется его рукой, когда он отвернется.

Упражнение № 4. «Аквариум».

Цель: совершенствование двигательных качеств, развитие волевых качеств, дисциплинированности, умения сосредоточиться, настойчивости.

Подготовка. На одной стороне площадки находятся «караси», на середине «щука».

Содержание игры. По сигналу «караси» перебегают на другую сторону. «Щука» ловит их. Пойманные «караси» (четыре-пять) берутся за руки и, встав поперек площадки, образуют сеть. Теперь «караси» должны перебегать на другую сторону площадки через сеть (под руками). «Щука» стоит за сетью и подстерегает их. Когда пойманных «карасей» будет восемь-девять, они образуют корзины – круги, через которые нужно пробегать. Такая корзина может быть и одна, тогда ее изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. «Щука» занимает место перед корзиной и ловит «карасей». Когда пойманных «карасей» станет больше, чем не пойманных, играющие образуют верши – коридор из пойманных карасей, через который пробегают не пойманные. «Щука», находящаяся у выхода из верши, ловит их. Победителем считается тот, кто остался последним. Ему и поручают роль новой «щуки».

Правила игры:

- 1 Игра начинается по сигналу руководителя.
- 2 Все «караси» обязаны при перебежке пройти сеть, корзину и верши.
- 3 Стоящие не имеют права задерживать их.
- 4 Игроки, образующие корзину, могут поймать «щуку», если им удастся закинуть сплетенные руки за спину «щуки» и загнать ее в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все «караси» отпускаются, и выбирается новая «щука».

Упражнение № 5. «Небесные шары».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Выполняется стоя, с закрытыми глазами. Руки подняты вверх. Вдох. «Представь, что ты – большой воздушный шар, наполненный воздухом. Постой в такой позе 1–2 минуты, напрягая все мышцы тела. Затем представь себе, что в шаре появилось небольшое отверстие. Медленно начинай выпускать воздух, одновременно расслабляя мышцы тела: кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног и т.д. Запомни ощущения в состоянии расслабления».

Занятие № 5. «Кольцо»

Цель: развитие положительного отношения к себе, развитие мелкой моторики рук, графических навыков.

Ритуал приветствия: Психолог просит участников встать в круг. Затем положить руки друг другу на плечи и приветливо посмотреть друг на друга.

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы сегодня принесли с собой?

Упражнение № 1. «Мы разные и одинаковые».

Цель: разогрев и сплочение группы, снижение напряженности, развитие самосознания, активизация внимания.

Взрослый говорит:

- Сейчас поднимут руки только девочки... А теперь поднимут руки мальчики... Попрыгают те, кто в брюках... У кого есть сестренка, обнимут себя... У кого есть брат, похлопают в ладоши... Те, кто ел сегодня кашу, погладят себя по голове и т.д. По окончании упражнения проводится краткая беседа, в ходе которой детей

подводят к выводу о том, что все люди разные, но в чем-то они все-таки похожи.

Упражнение № 2. «Разрежь ножницами».

Цель: формирование положительного отношения к себе, координация движений, тренировка мышц кисти, концентрация внимания, развитие мелкой моторики рук.

Материал: поднос, на которой лежат ножницы (лучше пластмассовые, с тупыми концами) и несколько листов плотной цветной бумаги. На некоторых листах обозначены линии разреза.

Ход игры. Ведущий загадывает загадку (см. название игры). После того как ребенок отгадал загадку, ведущий предлагает ему разрезать ножницами бумагу. Если ребенок легко справился, ему дают задание разрезать бумагу по линиям и выполнить сложные движения по вырезанию узора. Следует учесть, что, приобретая навыки уверенно держать ножницы, ребенок потом так же уверенно сможет держать карандаш и проводить на бумаге прямые линии.

Упражнения № 3. «Мишень».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие координации и скорости движений крупных и мелких мышечных групп, развитие графических навыков, формирование навыков различного метание мяча.

Материал: мячи, мишень (кольцо или коробка), различные игрушки-мишени. На расстоянии, котором ребенок может добросить мяч, относится коробка или подвешивается кольцо. Ребенок несколько раз пытается попасть в цель. Модифицированный вариант: расставляются игрушки-мишени, которые надо сбить. За сбитую игрушку или мяч, попавший в коробку, ведущий выдает фант (жетон). Выигрывает тот, у кого окажется больше фантов.

Упражнение № 4. «Состряпаем сказку?».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального напряжения, развитие навыков совместной деятельности.

Детям предлагается всем вместе слепить какую-нибудь сказку. При подборе сказки важно учесть, что в ней должно быть достаточно много героев, чтобы каждый ребенок мог лепить одного из них. Перед игрой дети обсуждают фрагмент, который они собираются изобразить, и соотносят друг с другом свои замыслы. Для реализации этого упражнения хорошо подходит сказка «Три медведя».

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?
- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?
- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая руку, говорят:

– «До свидания! До скорых встреч!».

Занятие № 6. «Все сумею, все смогу!»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия: Участники, взявшись за руки, говорят все вместе дружно – «Здравствуйте!».

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение сегодня вы мне принесли?

Упражнение № 1. «Дует ветер».

Цель: формирование положительного отношения к себе, разогрев, сплочение группы.

Со словами «Ветер дует на...» ведущий начинает игру. Вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т.д. Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

Упражнения № 2. «Домики».

Цель: формирование положительного отношения к себе.

Дети садятся в круг. Каждый из них изображает какого-либо зверя, для наглядности может надеть маску или значок и выясняет, где этот зверёк обитает в природе (в лесу, в поле, на дереве, в дупле, норе и т. д.). Ведущий обращается к детям и называет место своего пребывания и пункт назначения. Например: «Ой, я, кажется, заблудился! Кто бы мне помог в этом дубовом лесу найти дорогу к полю? Но нет, никто здесь, видно, не живёт». Выскакивает лесной кабанчик: «Я, я здесь живу! Дорогу показать могу!» – и ведёт к кому-либо живущему в поле, например, мышке. Затем сюжет повторяется. Главное для путешественника – не забывать благодарить провожатого.

Упражнения № 3. «Мы взрослеем».

Цель: формирование положительного отношения к себе, воспитание аккуратности и чувства собранности.

На столе у взрослого лежит портфель и несколько предметов: ручка, пенал, тетрадь, дневник, карандаш, ложка, ножницы, ключ, расчёска. После напоминания о том, что ребёнок скоро идёт в школу и будет сам собирать свои вещи, предлагают посмотреть на разложенные предметы и как можно быстрее собрать свой портфель. Игра заканчивается, когда ребёнок сложит все вещи и закроет портфель. Возможные модификации: если участвуют несколько детей, ввести элемент соревнования, если один ребёнок – считать до 5. Нужно обращать внимание на то, чтобы складывать вещи не только быстро, но и аккуратно.

Упражнения № 4. «Воспитание себя».

Цель: развитие положительного отношения к себе, произвольности, привычки соблюдать правила и внимание к товарищам.

Играющие, сидя или стоя (в зависимости от условий), образуют круг. По жребию выбирают водящего, который встаёт внутри круга. Он спокойно ходит по кругу, затем останавливается напротив одного из игроков и громко произносит: «Сосед!» Тот игрок, к которому обратился водящий, продолжает стоять (сидеть), не меняя положения. Водящий должен останавливаться точно напротив того ребёнка, к которому он обращается. А оба его соседа должны поднять вверх одну руку: сосед справа – левую, а сосед слева – правую, т. е. ту руку, которая ближе к игроку, находящемуся между ними. Если кто-то из ребят ошибся, т. е. поднял не ту руку или вообще забыл это сделать, то он меняется с водящим ролями. Игрок считается проигравшим, даже если он только пытался поднять не ту руку.

Упражнение № 5. «Называлки».

Цель: развитие положительного отношения к себе, коммуникативных навыков, снятие отрицательных эмоций.

Необходимые приспособления: мячик.

Детям предлагается, передавая друг другу мячик, обзывать друг друга необидными словами, например названиями овощей или фруктов, при этом обязательно называть имя того, кому передается мячик: «А ты, Лешка – картошка», «А ты, Иришка – редиска», «А ты, Вовка – морковка» и т. д. Обязательно предупредить детей, что на эти обзывалки нельзя обижаться, ведь это игра. Завершать игру обязательно хорошими словами: «А ты, Маринка – картинка», «А ты, Антошка – солнышко», и т. д. Мячик передавать нужно быстро, нельзя долго задумываться. Комментарий: перед началом игры можно провести с детьми беседу об обидных словах, о том, после чего люди обычно обижаются и начинают обзываться.

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?
- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?
- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг, взявшись за талию соседа, справа и слева по счёту психолога «один, два, три» говорят все дружно «До свидания!».

Занятие № 7. «Мои друзья»

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие напряжённости, эмоциональное раскрепощение детей, преодоление барьера отчуждённости, развитие общительности.

Ритуал приветствия: Участники сидят в кругу. Каждый начинает с приветствия обращённого к соседу справа: «Привет! Ты сегодня замечательно выглядишь». И так по кругу, пока все не скажут.

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы сегодня принесли на занятие?

Упражнение № 1. «Маленькие котики».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, создание положительного настроения в группе.

Описание игры: Дети садятся на ковёр. Педагог предлагает всем превратиться в маленьких котят. Каждый ребёнок называет кличку котёнка и описывает какой он. После превращения, педагог предлагает картину раннего утра, когда солнышко заглядывает в окошко и будит котят. Котята ещё спят, свернувшись клубочком. Затем котята просыпаются, тянутся, чтобы размяться после сна. Затем умываются язычком, чтобы быть чистенькими. И идут мягко, неслышно на своих лапках. Затем жалобно зовут маму, чтобы она их покормила. Пришла мама и напоила их молочком, и они довольные замурлыкали.

Упражнение № 2. «Магнитные шарики».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие телесных зажимов, снятие напряжения, развитие воображения, расширение кругозора.

Описание игры: Дети свободно двигаются по комнате. Затем психолог говорит волшебные слова: «Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в деревянные шарики! И каждый раз, когда они сталкиваются, вы должны сказать: «Тук!». Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в резиновые шарики!» Дети прыгают на носочках и, сталкиваясь, говорят: «Пум!». Психолог: «Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в железные шарики!» – дети бегают, при столкновении говоря «Дон!». Затем ведущий называет одного из детей «магнитом» (первый раз в качестве «магнита» может быть и сам психолог). Увидев «магнит» все «шарики» устремляются к нему. Магнит медленно передвигается, дети следуют за ним. Психолог говорит: «Крибле, крабле, бумс! Я превращаю всех ребят в бумажные шарики!» Дети отпускают «магнит и бегают с шипением: «Ш-ш-ш!». В конце игры психолог говорит: «Крибле, крабле, бумс! Я превращаю вас в детей!».

Упражнение № 3. «Маленькая змейка, большая змейка».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие ловкости координации, умение действовать согласованно, снятие напряжения и создание положительного настроения в группе. Описание игры: Выбирают водящего (первый раз, это может быть психолог, при повторном проведении игры каждый раз нужно выбирать ведущего из группы детей), он становится во главе «змейки», которую образуют игроки стоящие лицом в одну сторону. Водящий идёт по причудливой траектории, делая резкие повороты и закручивая «змейку», постепенно увеличивая скорость. Его цель – заставить играющих расцепить руки. Комментарий: оказываясь в ситуации, в которой необходимо и в прямом и в переносном смысле держаться друг за друга, дети приобретают опыт проживания различных ситуаций, учатся не бояться общения и согласовывать свои действия.

Упражнение № 4. «Хороводим хоровод».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие чувства

общности выразительности движений, снятия напряжения.

Дети встают в круг и по команде воспитателя показывают, двигаясь друг за другом печального зайчика, злого волка, сердитого медведя, задумчивую сову, виноватую лису, счастливую ласточку.

Занятие № 8. «7 – Я»

Цель: формирование положительного отношения к себе, научить детей проявлять уважение, доверие, взаимопонимание и взаимопомощь, заботливое отношение к членам семьи.

Ритуал приветствия: Психолог просит участников встать в круг. Затем положить руки друг другу на плечи и приветливо посмотреть друг на друга.

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы сегодня принесли на занятие?

Упражнение № 1. «Назови ласково».

Цель: формирование положительной самооценки и самопринятия, знакомство.

Один из детей – водящий, встает в центр круга. Дети, передавая друг другу мяч, называют ласковую форму имени водящего. Он последним получает мяч и называет ту ласковую форму своего имени, которая ему понравилась. Упражнение продолжается до тех пор, пока в центре круга не побывает каждый ребенок. Вариант. Дети, передавая друг другу мяч, называют ласковую форму своего имени. Когда все дети назовут ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил вам, а кроме того, произнести его ласковое имя. Вариант. «Назови своего соседа ласковым именем так, чтобы ему было приятно»

Упражнение № 2. «Зачем нам нужна семья?»

Цель: формирование положительного отношения к себе и своей семье.

А вот чьи вы – это мы сегодня и попробуем выяснить. Сегодня наш разговор пойдёт о вас и о ваших семьях. Как вы думаете, что такое семья? (Ответы детей.) Да, семья-это близкие друг другу люди, они живут вместе и помогают друг другу.

Упражнение № 3. «Мои члены семьи».

Цель: формирование положительного отношения к себе, распознавание каждого из членов семьи с помощью различных иллюстраций.

Посмотрите на эту картинку: здесь изображена большая семья. (Демонстрируется картинка «Семья».) Давайте разберёмся, кто в этой семье кому и кем доводится. Каждому из вас я дам карточку, на которой изображены отдельные члены семьи. Вы должны будете сказать, кто кому кем приходится. Например, в этой семье два мальчика: они друг другу – братья; бабушке девочка доводится внучкой. (Дети выполняют аналогичные задания.) Давайте поближе познакомимся с каждым членом семьи. А начнём мы это знакомство с мамы. С чем можно сравнить мамину улыбку? Дети отвечают. Психолог. От маминой улыбки нам становится очень хорошо, радостно, светло и тепло, как от солнышка. А сами вы улыбаетесь своей маме? (Ответы детей.)

Упражнение № 4. «Моя безграничная любовь».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие уважения и любви к членам своей семьи.

Психолог. Семья-это люди, которые любят друг друга. Вставайте в кружок. Выберем ведущего, он встанет в центр круга. А остальные представят, что они-мама, папа, бабушка, дедушка-словом, те, кто очень любит нашего ведущего. Он будет нам по очереди кидать мячик, а мы – называть его ласковыми словами. А теперь вспомните ситуации, когда вы своей семьёй бывали в интересном месте или, может, вы отмечали какой-нибудь праздник, а может, это был самый обычный день, но вам вместе было хорошо, уютно. (Рассказы детей.)

Упражнение № 5. «Необычный день».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие напряжения, эмоциональное раскрепощение детей.

Психолог. В своих альбомах нарисуйте этот день, подумайте, чем будут заняты на картинке члены вашей семьи, какое настроение будет на их лицах. Покажите рисунки друг другу, поделитесь своими впечатлениями. Что нового вы узнали на сегодняшнем занятии? Что вам особенно запомнилось?

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?

- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, похлопывая двумя руками по плечам говорят – «До свидания!».

Занятие № 9. «Эмоциональное состояние»

Цель: закреплять умения детей определять эмоциональные состояния людей; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния.

Ритуал приветствия: Участники сидят в кругу. «Начнём сегодняшний день так: встанем и поздороваемся словами – «Привет всем! Я рад Вас сегодня видеть!»

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы принесли сегодня на занятие?

Упражнения № 1. «Я прекрасный».

Цель: формирование положительного отношения к себе, создание положительного настроения.

Детям предлагается повторять фразу «Я очень хороший» вслед за психологом с разной громкостью несколько раз: шёпотом, громко, очень громко.

Упражнения № 2. «Азбука настроения».

Цель: распределение эмоционального состояния.

Психолог раздаёт детям картинки разных животных и людей с разными эмоциональными чувствами. Детям предлагается определить эти эмоциональные состояния. При обсуждении задания психолог уточняет у детей, какое эмоциональное настроение нравится детям и почему?

Упражнение № 3. «Что ты чувствуешь?».

Цель: формирование положительного отношения к себе, научить детей распознавать чувства.

Дети выходят по одному в круг и показывают с помощью мимики, жестов, движений любое чувство. А все остальные дети должны отгадать это чувство.

Упражнение № 4. «Нарисованное настроение».

Цель: формирование положительного отношения к себе, рефлексия.

Рисунок. После выполнения задания ребята, сидя в кругу, обсуждают свои рисунки.

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?

- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?

- чего вы узнали нового о своих товарищах?

- с чем новым вы познакомились на нашем сегодняшнем занятии?

Ритуал прощания: Участники встают в круг. По команде психолога «начали», участники подходят друг к другу, пожимая руку, говорят – «До свидания!».

Занятие № 10. «Марафон танцев»

Цель: формирование положительного отношения к себе, двигательное раскрепощение, снятие эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия: психолог говорит участникам, что традиционные взаимные приветствия на этом занятии проведём с обязательным использованием в начале фразы:

«Здравствуй, мне приятно тебе сказать...». Вы вправе закончить беседу по своему усмотрению, но начало диалога должно быть именно таким, найдите несколько самых тёплых слов для каждого человека. Подойдите обязательно к

каждому человеку и непременно с улыбкой. Ваш диалог не должен затягиваться, ведь нужно отдать часть своего тепла другим. Не жалейте своей души, своего тепла, отдавая, вы только приобретаете!

Входная рефлексия: Время: 10 мин.

- какое настроение вы принесли на занятие?

Упражнение № 1. «Движения».

Цель: формирование положительного отношения к себе, раскрепощение каждого из участников в группе в процессе танца.

Участники выполняют любые танцевальные движения под современную музыку.

Упражнение № 2. «Отзеркаливание».

Цель: развитие уверенности в себе и в своем партнере, сплочение детского коллектива.

Психолог предлагает детям встать в пары. Он начинает танец, выполняя несложные движения под музыку. Задача детей – повторить их, как в зеркальном отражении.

Упражнение № 3. «Вода, огонь, воздух, земля».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие внимательности, сосредоточенности.

Под музыкальное сопровождение дети двигаются, танцуют. Когда они услышат слова «Вода» – вытягивают руки вперед; слово «Земля» – опускают руки вниз; слово «Воздух» – поднимают руки вверх; слово «Огонь» – руки в стороны.

Упражнение № 4. «Стульчик с музыкой».

Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие внимательности.

Упражнение № 5. «Душевный танец».

Цель: формирование положительного отношения к себе, снятие эмоционального напряжения, рефлексия, обсуждение рисунков, закрепление позитивного настроения проделанной работы.

Выходная рефлексия: Время: 10 мин.

- с каким настроением уходите с занятия?

- было ли вам интересно и что понравилось лучше всего?

- чему научились в процессе работы?

- что нового узнали для себя?

- есть ли к участникам группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания?

Ритуал прощания: Участники встают в круг, берутся за руки и говорят все вместе – «Жаль расставаться. Мне приятно было работать с вами. Всего хорошего. До свидания!».

Таким образом, разработанная нами программа имеет четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: ритуал приветствия, разминки, основное содержание занятия, размышления, ритуал прощания. Он рассчитан на 10 занятий продолжительностью 40 минут с частотой повторения 2 раза в неделю. Программа рассчитана на работу с детьми 7-8 лет в школьном образовательном учреждении.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты формирующего эксперимента

Таблица 5 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) после реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Ступени	Уровень
1	А.И.	3	Адекватный
2	А.О.	2	Адекватный
3	А.Р.	3	Адекватный
4	А.С.	2	Адекватный
5	Б.К.	1	Завышенный
6	В.Н.	3	Адекватный
7	В.Г.	2	Адекватный
8	Г.О.	1	Завышенный
9	Д.А.	3	Адекватный
10	Д.О.	4	Заниженный
11	З.К.	3	Адекватный
12	К.О.	1	Завышенный
13	К.В.	2	Адекватный
14	К.Е.	1	Завышенный
15	К.Н.	4	Заниженный
16	М.А.	2	Адекватный
17	Р.Т.	3	Адекватный
18	С.С.	3	Адекватный
19	Т.В.	1	Завышенный
20	Т.Н.	3	Адекватный

Завышенный уровень: 25 % (5 испытуемых);
 Адекватный уровень: 65 % (13 испытуемых);
 Заниженный уровень: 10 % (2 испытуемых);
 Низкий уровень: 0 % (0 испытуемый);
 Резко заниженный: 0 % испытуемых (0 испытуемых).

Таблица 6 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) после реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1	А.И.	8	Высокий
2	А.О.	5	Средний
3	А.Р.	7	Средний
4	А.С.	6	Средний
5	Б.К.	7	Средний
6	В.Н.	3	Низкий
7	В.Г.	9	Высокий
8	Г.О.	6	Средний
9	Д.А.	9	Высокий
10	Д.О.	7	Средний

11	З.К.	6	Средний
12	К.О.	9	Высокий
13	К.В.	7	Средний
14	К.Е.	9	Высокий
15	К.Н.	7	Средний
16	М.А.	4	Средний
17	Р.Т.	9	Высокий
18	С.С.	6	Средний
19	Т.В.	7	Средний
20	Т.Н.	6	Средний

Высокий уровень: 30 % (6 испытуемых);
Средний уровень: 65 % (13 испытуемых);
Низкий уровень: 5 % (1 испытуемый).

Таблица 7 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ОВЗ по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) после реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1	А.И.	70	Средний
2	А.О.	63	Средний
3	А.Р.	74	Средний
4	А.С.	52	Средний
5	Б.К.	56	Средний
6	В.Н.	57	Средний
7	В.Г.	75	Высокий
8	Г.О.	63	Средний
9	Д.А.	55	Средний
10	Д.О.	74	Средний
11	З.К.	76	Высокий
12	К.О.	73	Средний
13	К.В.	66	Средний
14	К.Е.	69	Средний
15	К.Н.	79	Высокий
16	М.А.	75	Высокий
17	Р.Т.	74	Средний
18	С.С.	78	Высокий
19	Т.В.	79	Высокий
20	Т.Н.	67	Средний

Высокий уровень: 30 % (6 испытуемых);
Средний уровень: 70 % (14 испытуемых);
Низкий уровень: 0 % (0 испытуемых).

Расчёт Т-критерия Вилкоксона

Таблица 8 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по методике «Лесенка»
Т.Д. Марцинковская

№ п\п	Личный код	Показатели «до» проведения программы коррекции	Показатели «после» проведения программы коррекции	Разность (f после – f до)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	А.И.	1	3	2	2	5
2	А.О.	2	2	0	0	-
3	А.Р.	3	3	0	0	-
4	А.С.	2	2	0	0	-
5	Б.К.	1	1	0	0	-
6	В.Н.	5	3	-2	2	5
7	В.Г.	2	2	0	0	-
8	Г.О.	1	1	0	0	-
9	Д.А.	2	3	0	0	-
10	Д.О.	4	4	0	0	-
11	З.К.	4	3	-1	1	1,5
12	К.О.	1	1	0	0	-
13	К.В.	2	2	0	0	-
14	К.Е.	1	1	0	0	-
15	К.Н.	4	4	0	0	-
16	М.А.	1	2	1	1	1,5
17	Р.Т.	1	3	2	2	5
18	С.С.	1	3	2	2	5
19	Т.В.	1	1	0	0	-
20	Т.Н.	1	3	2	2	5
Сумма рангов нетипичных значений:						28

$$n = 7$$

Ранжирование абсолютной величины сдвигов: $N*(N+1)/2=7*(7+1)/2=28$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено верно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае - отрицательные. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп}} = 5 + 1,5 = 6,5$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=7$

$$T_{\text{кр}} = 0 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 3 \quad (p \leq 0.05)$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости:

$$T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}(0,05).$$

Гипотеза Н1 отвергается, Н0 принимается при $T_{\text{кр}}(0,05)$.

Таблица 9 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по методике «Какой Я» Р.С. Немов

№ п\п	Личный код	Показатели «до» проведения программы коррекции	Показатели «после» проведения программы коррекции	Разность (f после – f до)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	А.И.	8	9	1	1	7
2	А.О.	2	5	3	3	17
3	А.Р.	4	7	3	3	17
4	А.С.	5	6	1	1	7
5	Б.К.	8	7	-1	1	7
6	В.Н.	2	3	1	1	7
7	В.Г.	8	9	1	1	7
8	Г.О.	5	6	1	1	7
9	Д.А.	8	9	1	1	7
10	Д.О.	8	7	-1	1	7
11	З.К.	4	7	3	3	17
12	К.О.	8	9	1	1	14,5
13	К.В.	7	7	0	0	-
14	К.Е.	8	9	1	1	7
15	К.Н.	6	7	1	1	7
16	М.А.	3	4	1	1	7
17	Р.Т.	9	9	0	0	-
18	С.С.	5	7	2	2	14,5
19	Т.В.	8	7	-1	1	7
20	Т.Н	4	6	2	2	14,5
Сумма рангов нетипичных значений:						171

$$n = 18$$

$$\text{Ранжирование абсолютной величины сдвигов: } N*(N+1)/2=18*(18+1)/2=171$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено верно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае - отрицательные. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп}} = 7+7+7=21$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=16

$$T_{\text{кр}} = 32 (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 47 (p \leq 0.05)$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$.

Н0 отвергается, Н1 принимается при $T_{\text{кр}}(0,01)$.

Таблица 10 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по методике «Исследование самооценки»
Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан

№ п\п	Личный код	Показатели «до» проведения программы коррекции	Показатели «после» проведения программы коррекции	Разность (f после – f до)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	А.И.	75	70	-5	5	9,5
2	А.О.	45	63	18	18	18
3	А.Р.	74	74	0	0	-
4	А.С.	47	52	5	5	9,5
5	Б.К.	46	56	10	10	17
6	В.Н.	49	57	8	8	15,5
7	В.Г.	77	75	-2	2	4
8	Г.О.	56	63	7	7	13,5
9	Д.А.	48	55	7	7	13,5
10	Д.О.	70	74	4	4	7
11	З.К.	76	76	0	0	-
12	К.О.	69	73	4	4	7
13	К.В.	58	66	8	8	15,5
14	К.Е.	63	69	6	6	11,5
15	К.Н.	77	79	2	2	4
16	М.А.	76	75	-1	1	1,5
17	Р.Т.	75	74	-1	1	1,5
18	С.С.	76	78	2	2	4
19	Т.В.	75	79	4	4	7
20	Т.Н	61	67	6	6	11,5
Сумма рангов нетипичных значений:						171

$$n = 18$$

Ранжирование абсолютной величины сдвигов: $N*(N+1)/2=18*(18+1)/2= 171$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено верно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае - отрицательные. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп}}= 9,5+4+1,5+1,5=16,5$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для n=18

$$T_{\text{кр}}= 32 (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}}= 47 (p \leq 0.05)$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$.

Н0 отвергается, Н1 принимается при $T_{\text{кр}}(0,01)$.