



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

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
Кафедра педагогики и психологии  
(НАЗВАНИЕ КАФЕДРЫ)

«Мотивация достижения и субъективное благополучие младших школьников»  
(Тема работы)

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.02. Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Психология и педагогика начального образования»

Проверка на объем заимствований:  
53.59 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

«22» 12 2018 г.  
зав. кафедрой ППиПМ  
Волчегорская Е.Ю.

Выполнила:  
Студентка группы ЗФ-408/110-4-1  
Сапожникова Е.А.  
(ФИО)

Научный руководитель:  
Волчегорская Е.Ю.  
(ФИО)  
Заведующая Кафедрой  
(звание, должность)

Челябинск  
2019 год

## Оглавление

Введение.....	3
<b>ГЛАВА 1. Теоретическое обоснование проблемы взаимосвязи мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников.....</b>	<b>7</b>
1.1. Понятие мотивации достижения в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2. Особенности мотивации достижения младших школьников.....	16
1.3. Специфика формирования субъективного благополучия у младших школьников.....	24
Выводы по 1 главе.....	33
<b>ГЛАВА 2. Практические аспекты исследования .....</b>	<b>35</b>
2.1. Задачи и содержание исследования.....	35
2.2. Результаты исследования и их анализ .....	43
2.3. Программа внеурочной деятельности, направленная на формирование мотивации достижения у младших школьников .....	50
Выводы по 2 главе.....	60
Заключение.....	63
Список литературы.....	68
Приложение.....	72

## Введение

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» указывается, что содержание образования является одним из факторов экономического и социального прогресса общества и должно быть ориентировано на обеспечение самоопределения личности, на создание условий для ее самореализации. Вместе с тем, в последнее время у значительной части школьников наблюдается тенденция к снижению интереса в сфере учебной деятельности.

Причинами снижения уровня мотивации к учебно-познавательной деятельности педагоги и психологи называют не только коренную перестройку интересов современных школьников, изменение характера эмоционально-личностных отношений в классном коллективе, но и слабую ориентацию образовательного процесса на личностную самореализацию учащихся, и всевозрастающую тяжесть учебных нагрузок.

Мотивация достижения впервые стала предметом исследования в зарубежных исследованиях, большое внимание в которых уделялось проблеме структуры мотивации достижения и ее механизмам (Дж. Аткинсон, Д. Мак-Клелланд, Г. Мюррей, К. Левин, Х. Хекхаузен и др. В отечественной психологии исследованием мотивации достижения занимались М.Ю. Орлов, Р.С. Вайсман, А.К. Маркова, В.И. Степанский, Д.Б. Богоявленская, М.Ш. Магомед-Эминов, И.С. Вотчин, В.М. Матюхина, Т.А. Саблина, Р.И. Цветкова, В.В. Шипилина, Г.В. Литвинова, Е.Б. Горчакова и др.

Большинство исследуемых феноменов, связанных с мотивацией достижения, наблюдается в младшем школьном возрасте, что позволяет считать данный возраст сензитивным периодом для развития мотивации достижения.

В младшем школьном возрасте мотивация достижения актуализируется и дифференцируется на две мотивационные тенденции – мотивацию достижения успеха и мотивацию избегания неудачи, которые являются принципиально разными стратегиями поведения. Особую роль в этом играет социальная ситуация развития, связанная с учебной деятельностью, где любое действие ребенка, направленное на овладение ею, оценивается учителем.

То, какое отношение сложится у ребёнка к учению, к процессу преодоления трудностей, к возможным успехам и неудачам, имеет большое значение для его жизни, деятельности и развития личности в целом. Действенные мотивы достижения, мобилизующие внутренние силы ученика для успешной школьной учёбы, не только обеспечивают активное включение ребёнка в учебный процесс, но и становятся достоянием личности ученика, устойчивым её свойством. Стремление выполнять дело хорошо, качественно проявится в дальнейшем и в других видах деятельности (трудовой, профессиональной и др.).

В исследованиях М.В. Матюхиной, И.Я. Кулагиной, Ш.Н. Чхартишвили подчеркивается, что потребность быть успешным в учении является одной из наиболее значимых в системе мотивации учения младших школьников.

По мнению великого педагога Ш.А. Амонашвили, «потребность в успешной учебно-познавательной деятельности придаёт учению школьника большой личностный смысл. Успешность в учении – достижение личностно и общественно значимой цели учебной деятельности – переживается младшим школьником как удовольствие и радость. Неуспешность вызывает чувства огорчения и неудовлетворённости» [Ам. об оценках, с.146]. Поэтому оценка успехов и неудач в учебно-познавательной деятельности имеет большое значение для формирования субъективного благополучия младших школьников.

Таким образом, социальная и личностная значимость мотивации достижения подчёркивает **актуальность** изучения механизмов и закономерностей её развития, а также поиска путей и способов целенаправленного формирования в младшем школьном возрасте.

Вместе с тем, в последние десятилетия возрастает интерес исследователей к проблеме субъективного благополучия младших школьников. Субъективное благополучие ребенка представляет собой отношение к собственной личности и деятельности, характеризуемое состоянием удовлетворенности. В трудах Т.В. Архиреевой, И.В. Дубровиной, Л.В. Куликова, В.М. Моросановой, Р.М. Шамионова, Т.Г. Фоминой и др. субъективное благополучие младших школьников рассматривается и как фактор успешной адаптации, и как условие развития саморегуляции в учебной деятельности, и как результат эффективной и психологически безопасной организации учебного процесса в начальной школе.

Таким образом, при изучении актуальности проблемы нами выявлено **противоречие** между необходимостью выявления роли самооценки субъективного благополучия младших школьников в формировании мотивации достижения у учащихся начальных классов и отсутствием исследований, позволяющих выявить взаимосвязь мотивации достижения и субъективного благополучия у детей.

Анализ актуальности и противоречий определили **проблему исследования**: какова взаимосвязь мотивации достижения и субъективного благополучия младших школьников?

Актуальность, значимость и недостаточная разработанность рассматриваемой проблемы определили выбор темы исследования: «Мотивация достижения и субъективное благополучие младших школьников».

Цель исследования – выявить взаимосвязь между уровнем сформированности мотивации достижения и субъективным благополучием у детей младшего школьного возраста; теоретически обосновать и разработать

программу внеурочной деятельности, направленную на формирование мотивации достижения у младших школьников.

Объект исследования – процесс формирования мотивации достижения в младшем школьном возрасте.

Предмет исследования – взаимосвязь формирования мотивов достижения успеха у младших школьников и субъективного благополучия.

Для достижения поставленной цели нам необходимо решить следующие **задачи**:

1. Раскрыть сущность понятий «мотивация достижения младших школьников» и «субъективное благополучие младших школьников».
2. Выявить особенности и определить пути формирования мотивации достижения у младших школьников.
3. Выявить взаимосвязь уровня сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников.
4. Разработать программу внеурочной деятельности, направленную на формирование мотивации достижения у младших школьников.

Для решения поставленных задач нами были использованы следующие **методы исследования**:

- теоретические методы: анализ, синтез, обобщение данных из психолого-педагогической и методической литературы;
- эмпирические методы: наблюдение, тестирование, опрос;
- методы обработки и интерпретации данных исследования.

**Экспериментальная база исследования:** МАОУ СОШ №148 г. Челябинска. В эксперименте принимали участие учащиеся 2 класса в количестве 28 человек.

**Практическая значимость исследования:** разработанная нами программа внеурочной деятельности, направленная на формирование мотивации достижения у младших школьников, может быть использована в практике работы учителя начальных классов для повышения уровня субъективного благополучия у младших школьников.

## **Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы взаимосвязи мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников**

### **1.1. Понятие мотивации достижения в психолого-педагогической литературе**

В современной действительности возрастает значимость учебной деятельности, как особой, направленной на освоение индивидом социального опыта. Учебная деятельность в постоянно и интенсивно меняющихся условиях жизни человека приобретает черты непрерывности, повышенной востребованности на протяжении всей жизни. Д.Б. Эльконин называет учебную деятельность "второй профессией" каждого человека, справедливо отмечая, что от умения осуществлять ее во многом зависит продвижение человека в избранном деле [39, с. 174]. В связи с этим, обучение необходимо выстраивать таким образом, чтобы школьники могли овладеть не столько уже имеющимся социальным опытом, сколько механизмами самой учебной деятельности.

Успешность школьника в овладении учебной деятельностью зависит от многих факторов социального, психологического и педагогического характера. При их изучении в психологической теории выявлено большое влияние силы учебной мотивации и ее структуры на успех в учебной деятельности (В.Г. Асеев, В.К. Вилюнас, Е.П. Ильин, В.И. Ковалёв, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Орлов, С.Л. Рубинштейн, Д.Н. Узнадзе, П.М. Якобсон, и др.).

Входящие в структуру учебной мотивации побуждения можно распределить по следующим критериям:

- по содержанию потребностей (в нее входят биологические и социальные мотивы, мотивы самоуважения)
- по социальным установкам (сюда можно отнести следующие мотивы: личные и общественные, эгоистические и альтруистические)
- по видам деятельности (коммуникативные, трудовые, собственно учебные мотивы и др.)
- по степени осознанности (осознанные и неосознанные мотивы)
- по продолжительности действия (кратковременные, средней длительности и устойчивые мотивы)
- по степени обобщенности (широкие и узкие мотивы)
- по уровню притязаний (мотивы достижения успеха и избегания неудач).

При определении детерминирующих тенденций в формировании мотивационной сферы человека, большое значение придаётся мотивации достижения успеха. В психологии мотивация достижения рассматривается как позитивный фактор, в значительной степени определяющий эффективность деятельности человека, также обуславливающий позитивное отношение к этой деятельности.

Проблеме мотивации достижения как в зарубежной, так и отечественной психологии посвящено большое число теоретических и эмпирических исследований (Дж. Аткинсон, К. Левин, Д. Мак-Клелланд, Х. Хекхаузен, Н.В. Афанасьева, И.А. Батурин, В.А. Белых, В.И. Степанский и др.).

Впервые определение мотива достижения был введен Г. Мюрреем, и понималось, как стремление совершать какую-либо деятельность хорошо и быстро, и совершенствовать ее достижения в выбранном деле определенного уровня сложности [19].

Начало исследованию мотивации достижения положено в экспериментах Ф. Хоппе, который анализировал уровень притязания



испытуемых и выбор ими задачи определенной сложности. Он выяснил, что переживание успеха-неуспеха в процессе решения экспериментальных задач разной сложности влияет на выбор мотива – мотив достижения или мотив избегания неуспеха, неудачи [33].

Одной из первых концепций мотивации достижения является модель рискованного выбора, сформулированная Дж. Аткинсоном. В его исследовании мотивация достижения успеха представляет собой интеграционное образование, в котором выделены две мотивационные тенденции: стремление к успеху и избегание неудач.

Мотивационные тенденции являются сложными по составу. В них входят: постоянные личностные диспозиции – мотивы; ситуативные непосредственные детерминанты поведения – ожидание или вероятность и субъективная побудительная ценность будущего успеха или неудачи. В модели Дж. Аткинсона выделяются три главных детерминанты мотивации достижения: мотив, ожидание, ценность [5].

Разные авторы по-разному смотрят на соотношение между стремлением к успеху и избеганием неудачи. Одни считают, что это взаимоисключающие полюса по шкале «мотива достижения» и если человек ориентирован на успех, то он не испытывает страха перед неудачей (и наоборот, если он ориентирован на избегание неудачи, то у него слабо выражено стремление к успеху). Другие доказывают, что отчетливо выраженное стремление к успеху вполне может сочетаться с не менее сильным страхом неудачи, особенно если оно связано для субъекта с какими-либо тяжелыми последствиями. И действительно, имеются данные, что между выраженностью стремления к успеху и избеганием неудачи может быть положительная корреляция. Поэтому скорее всего речь идет о преобладании у того или иного субъекта стремления к успеху или избеганию неудачи при наличии того и другого. Причем это преобладание может быть как на высоком, так и на низком уровне выраженности обоих стремлений.

Потребность в достижении, согласно Д. Мак-Клелланду, обозначает состязание с некоторыми эталонами совершенства, стремление превзойти их. Мотив достижения рассматривается им как основной побудитель деятельности, а люди, обладающие им, отличаются от других людей тем, что способны взять на себя высокую ответственность.

Автор определил три условия, при которых появляется мотив достижения:

1) человек должен быть готов к тому, чтобы взять на себя всю ответственность за конечный исход дела;

2) надо четко представлять себе, чем закончится дело и принесет ли оно вам удачу или поражение;

3) успех не должен быть четко определенным или гарантированным, но должен быть связан с умеренным риском, с некоторой неопределенностью.

В теории Д. Мак-Клелланда основные формирующие влияния на мотивацию достижения объединены в четыре группы: формирование синдрома достижения; формирование стремления и навыка ставить перед собой высокие, но адекватные цели; самоанализ и межличностная поддержка [18].

Согласно Х. Хекхаузену, мотивация достижения может быть определена как попытка увеличить или сохранить максимально высокими способности человека ко всем видам деятельности, к которым могут быть применены критерии успешности и где выполнение подобной деятельности может, следовательно, привести или к успеху, или к неудаче. Хекхаузен называет девять переменных, определяющих мотивацию достижения. К их числу относятся каузальная атрибуция, личностный стандарт, уровень притязаний, самооценка и другие. Мотивация достижения направлена на определенный конечный результат, получаемый благодаря собственным особенностям человека: на достижение успеха или избегание неудачи [33].

Два разных мотива, функционально связанных с деятельностью, направленной на достижение успеха – мотив достижения успеха и мотив

избегания неудачи – различаются в поведении людей следующим образом. Люди, мотивированные на успех, обычно ставят перед собой в деятельности некоторую положительную цель, достижение которой может быть однозначно расценено как успех. Они отчетливо проявляют стремление во что бы то ни стало добиваться только успехов в своей деятельности, активно в нее включаются, выбирают средства и предпочитают действия, направленные на достижение поставленной цели. У таких людей в их когнитивной сфере обычно имеется ожидание успеха, берясь за какую-либо работу, они обязательно рассчитывают на то, что добьются успеха, уверены в этом. Они рассчитывают получить одобрение за действия, направленные на достижение поставленной цели, а связанная с этим работа вызывает у них положительные эмоции. Для них, кроме того, характерна полная мобилизация всех своих ресурсов и сосредоточенность внимания на достижении поставленной цели.

Совершенно иначе ведут себя индивиды, мотивированные на избегание неудачи. Их явно выраженная цель в деятельности заключается не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи, все их мысли и действия в первую очередь подчинены именно этой цели. Человек, изначально мотивированный на неудачу, проявляет неуверенность в себе, не верит в возможность добиться успеха, боится критики. С работой, которая чревата возможностью неудачи, у него обычно связаны отрицательные эмоциональные переживания, он не испытывает удовольствия от деятельности [29].

Таким образом, в зарубежной теории мотивация достижения рассматривается как один из видов мотивации, направленный на преодоление, возникших на пути трудностей для реализации поставленной цели и осуществление деятельности с большей результативностью.

В отечественной психологии проблема мотивации достижения стала активно разрабатываться с середины 1970-х гг., и первые исследования (Р.С. Немова, А.Б. Орлова, В.И. Степанского и др.) касались лишь отдельных

аспектов мотивации достижения. Отечественными авторами разрабатывается принципиально иной подход, согласно которому, личность осуществляет деятельность в системе определенных социальных отношений и во взаимодействии с другими людьми.

Мотивация достижения, а также тесно связанная с ней тема уровня притязаний исследовались такими специалистами, как Т.О. Гордеева, М.Ш. Магомед-Эминов, Т.В. Корнилова, И.М. Палей и многими другими.

В трудах Т.О. Гордеевой мотивация достижения рассматривается в структуре достиженческой деятельности. Достиженческая деятельность — деятельность, связанная с целенаправленным преобразованием субъектом окружающего мира, себя, других людей и отношений с ними. Такая деятельность «мотивируется стремлением сделать что-то как можно лучше и/или быстрее, совершить прогресс, за которым стоят базовые человеческие потребности в достижении, росте и самосовершенствовании» [Гордеева, 6].

М.Ш. Магомед-Эминов предпринял попытку изучить структуру и механизмы функционирования мотивации достижения. Ученый предложил динамическую модель мотивации, состоящую из четырех структурных компонентов (инициации, или побуждения деятельности, целеобразования, реализации намерения, постреализации – процессов, направленных на прекращение действия или смену одного действия другим), каждый из которых выполняет конкретные мотивационные функции в ходе осуществления деятельности [9].

Согласно М.Ш. Магомед-Эминову, для ситуации достижения характерны следующие особенности:

- наличие задачи, требующей индивидуального выполнения деятельности;
- возможность успешного или неуспешного выполнения деятельности;
- наличие стандартов мастерства выполнения (внешних и внутренних критериев оценки результата);

- переживание субъектом чувства собственной ответственности за исход действия;
- оценка результатов на основе сравнительной шкалы, заданной стандартом мастерства (самооценка, оценка со стороны других) [25, с. 34].

Проблема мотивации достижения изучается также и в социально-психологическом аспекте. Мотив достижения в данном аспекте может быть рассмотрен как мотив социального успеха, в содержание которого помимо стремления к достижениям в значимой деятельности, входит стремление к престижу и признанию, а также – к соперничеству.

Так, М.Л. Кубышкиной были предприняты попытки рассмотрения мотива достижения в широком социальном контексте, как стремления к социальному успеху.

Автором выделены и проанализированы основные аспекты мотива социального успеха:

- стремление к достижению высоких результатов в значимой деятельности и связанных с ними авторитета и уважения;
- стремление к завоеванию высокого общественного положения, престижа и влияния среди окружающих;
- стремление к соперничеству, противоборству, конкуренции [22].

В исследовании Н.В. Ходыревой представлены взгляды на проблему гендерных особенностей мотива достижения личности. Она доказала, что мужчины и женщины мотивированы на достижения разными потребностями. Несмотря на то, что мужчины и женщины обладают мотивом достижения в равной степени, реализуют они его в разных видах деятельности [34, с. 73].

Говоря о процессе формирования мотивации достижения, выделяют несколько последовательных этапов актуализации и усвоения данного мотива [18, с. 137]. Порядок этапов представлен на рисунке 1.



Рисунок 1. Схема этапов формирования мотива достижения

Большое внимание уделяется в исследованиях мотивации проблеме влияния мотивации достижения успеха на психологическое здоровье личности. Установлено, что развитие мотивации достижения успеха способствует сохранению и укреплению психологического здоровья. Мотивация на достижение успеха подразумевает длительную, постоянную вовлеченность в работу, рост и развитие способностей до максимального возможного уровня, а не удовлетворенность меньшим из лени или недостатка уверенности в себе [8]. Например, А. Маслоу пишет, что мотивированных индивидуумов привлекают наиболее трудные и запутанные проблемы, которые требуют максимальных и наиболее творческих усилий. Они стремятся иметь дело с определенностью и неоднозначностью и предпочитают трудные задачи легким решениям [28].

Подводя итоги, можно определить мотивацию достижения успеха как побуждения, вызывающие у человека определенные действия, которые, исходя из его ожиданий, могут привести к успеху. Это проявляется в определенной направленности, интенсивности и настойчивости деятельности. Под мотивацией избегания неудач понимают выработанный механизм избегания различных ошибок и неудач, личность, мотивированная на неудачу, старается избегать их, иногда даже ценой преобразования изначальной значимой цели, ее полного или частичного недостижения. Стремление к успеху способствует формированию у человека сильных волевых качеств, в то время как преобладание мотива избегания неудач ведёт к безынициативности и снижению ответственности за результат своей деятельности.

Таким образом, мотивация к достижению успеха является положительной и способствует личностному развитию человека. Стремление к достижению успеха является одним из показателей психологического здоровья личности.





## 1.2. Особенности мотивации достижения младших школьников

В период, когда ребенок впервые идет в начальную школу, в иерархической мотивационной системе ребенка происходят значительные перестановки, зарождаются новые мотивы деятельности и поведения. Учебная деятельность приобретает большую значимость, становится более ценной, преобладающей над игрой. Вместе с тем, у младших школьников мотивы по-прежнему преобладают над мотивационными установками, так как в основном им ставят цели на ближайшее будущее, связанные с близлежащими событиями. По данным исследования Л. Колберга, приблизительно около 70% детей в возрасте семи лет ориентируются в своем поведении на возможное сиюминутное поощрение или наказание [38].

Ведущее место в иерархии учебных мотивов в первые годы обучения занимают широкие социальные мотивы, отражающие внутреннюю позицию школьника, связанную с потребностью ребенка занять новое положение среди окружающих и выполнять связанную с этим серьезную общественно значимую деятельность. Однако эти мотивы, придавая общий смысл учению, не являются реально действующими в силу недостаточной приближенности большинства из них к повседневной жизни детей. Реально действующим мотивом становится получение высокой отметки или похвалы, ради их получения ребенок готов немедленно начать заниматься и старательно выполнять все задания.

В соревновательной ситуации у первоклассников мотив работы на себя более действенен, чем на команду, однако уже к третьему классу сильнее выражен общественный мотив, чем индивидуальный. Усиливается роль «внутреннего фильтра» в процессе мотивации. У младших школьников развивается смысловая ориентировочная основа поступка, позволяющая более или менее адекватно оценить будущий поступок с точки зрения его результатов и более отдаленных последствий. Начинает формироваться предусмотрительность как черта личности[21].

На этапе младшего школьного возраста формирование и развитие мотивации достижения тесно связано со становлением школьника как субъекта учебной деятельности, и в этом смысле мотивация достижения становится «собственно субъектной». Личность младших школьников развивается в ведущей для данного возраста деятельности – учебной, и именно в этом возрасте поведение, ориентированное на достижение, становится для школьников актуальным. Относительная подвижность, динамичность мотивации определяют возможность и необходимость целенаправленного её формирования в условиях школьного обучения.

Мотивацию можно охарактеризовать по нескольким основаниям: по силе (сильная, слабая), по устойчивости (ситуационная, постоянная), по направленности (на себя, на людей, на задачу – результат или процесс), а также по источнику появления (внутренняя, то есть собственная, или внешняя, то есть простимулированная). По данным различных исследований, а также из анализа школьной практики, известно, что успешными в учении являются те, чья мотивация характеризуется силой, устойчивостью, вызвана самой учебной деятельностью, приобретаемыми знаниями, а не внешними мотиваторами; процессом учения и ожидаемыми результатами, а также потребностями в самореализации через включение в познавательную деятельность.

Мотивационная система школьника развивается, усложняется, обогащается в ходе развития учебной деятельности, в процессе становления личности ученика.

Развитие мотивации в младшем школьном возрасте происходит в нескольких направлениях и неравномерно. Широкие познавательные мотивы могут уже к середине этого возраста преобразоваться в учебно-познавательные мотивы. Мотивы самообразования представлены пока самой простой формой – интересом к дополнительным источникам знаний; широкие социальные мотивы развиваются от общего неразделенного понимания социальной значимости учения к более глубокому осознанию

причин необходимости учиться; узкие социальные мотивы представлены желанием ребенка получить, главным образом одобрение учителя. Мотивы сотрудничества и коллективной работы широко присутствуют у младших школьников, но пока в самом общем представлении [21, с. 74].

В работах Г.И. Щукиной выделены следующие тенденции развития мотивов учащихся [30, с. 30]:

– от мотивов, связанных с внешними стимулами к мотивам, свободным от внешней ситуации, побуждаемым более сложными обстоятельствами, связанными с «внутренней средой» самого школьника;

– от мотивов, подверженных частой смене ситуаций, случайным влияниям, к мотивам все более устойчивым, постоянным;

– от мотивов поверхностных (интереса к ярким, занимательным сторонам явления) к мотивам глубоким, с теоретической основой, раскрывающей причинно-следственные связи, внутренние отношения, закономерности и научные идеи.

Формированием мотивационных процессов можно управлять извне. Мотивирование учащихся может рассматриваться и как создание условий для развития собственных мотивов учения, и как внешнее стимулирование, использование системы поощрений и наказаний.

По мнению А.К. Марковой, основными факторами, влияющими на формирование устойчивой положительной мотивации учения, являются: содержание обучения; организация учебной деятельности; методы, приемы, средства и формы обучения; стиль педагогической деятельности; способы и формы оценки и т.д.[27].

В исследованиях Г.В. Литвиновой выявлена роль педагогической оценки для развития мотивации достижения. Нередко в общеобразовательных школах встречаются дети, не способные включиться в учебный процесс, организовать учебную деятельность.... в психологической литературе имеются убедительные данные, указывающие, что в основе формирования самосознания ребенка, через которое определяется его

отношение к учебной деятельности, лежит мотивация достижения (избегания). Психологами... показана положительная (отрицательная) роль подкрепления в виде оценок со стороны окружающих (в первую очередь родителей) результатов деятельности детей с первых месяцев их жизни... Стимулирование деятельности и общения детей в дошкольном возрасте дополняется социально-психологическими факторами, т.к. именно в это время формируются самооценка, уровень притязания, мотивация достижения, что можно считать своеобразным фундаментом личности, а средством его формирования является оценка. Адекватное реагирование детей на похвалу можно считать одним из психологических признаков их готовности к обучению в школе. К сожалению, родители, воспитатели чаще используют запреты, отрицательные оценки поведения, поступков детей; наказание предпочтительнее поощрения. В результате к школьному возрасту у ряда детей формируется стойкая мотивация избегания неудач, что... является одной из главных причин трудностей в организации учебной деятельности детей... [24, с. 8-9]. Автор отмечает, что данная проблема недостаточно исследована. А исследование, проведенное ею, показывает наличие корреляции между сформированностью мотивации достижений, самооценкой, уровнем притязания и особенностями организации учебной деятельности. У здорового ребенка изначально предполагается наличие сформированного желания включиться в деятельность и достичь результата. Однако нервно-ослабленные, депривированные дети демонстрируют высокий уровень тревожности из-за страха провала, не способны выполнить эту деятельность, самоорганизоваться. Галина Владимировна также отмечает роль отметки как количественного показателя успеха учащихся, из-за чего получение высоких отметок становится самоцелью. «В настоящее время, выявляя уровень знаний, качество умений и навыков ученика, их соответствия требованиям, заданным программой, учитель оценивает этот уровень в форме словесных суждений и в форме отметки. Процесс оценивания учитель осуществляет, руководствуясь известными только ему

критериями, требованиями, нормами. Ученик может лишь догадываться о них, основываясь на оценочные суждения учителя. Оценку проверенных знаний, умений и навыков педагог сначала определяет словесно, а затем смысл оценки, высказанный ученику, отражает в виде отметки, т.е. истинный смысл ее известен только учителю, который иногда в одну и ту же отметку, но выставленную разным ученикам, вкладывает разное содержание. Определяющую роль играют порой и личные симпатии и антипатии. Отметка является средством количественного выражения успеха учащихся в познавательной деятельности, а также самого учителя в организации учебной деятельности.

В период обучения в начальной школе закладываются основы и для формирования внутренних мотивов учебной деятельности. Внутренняя мотивация, или самомотивация, предполагает развитие собственных мотивов школьника, в первую очередь – самоуважения в деятельности, познавательных и социальных мотивов [24, с.23].

В младшем школьном возрасте, на базе накопленного ранее опыта учебной, игровой и трудовой деятельности, складываются предпосылки также и для оформления мотивации достижения успеха. Относительная подвижность, динамичность мотивации достижения (Н.А. Менчинская, М.В. Матюхина) определяют как возможность, так и необходимость целенаправленного ее формирования в условиях школьного обучения.

При формировании мотивации достижения у школьников, необходимо учитывать сложную структуру данного образования. В различных психологических исследованиях акцентируется внимание на том, что мотивация достижения является сложным конструктом и состоит из множества составляющих элементов. Так, Т.О. Гордеева выделяет 5 блоков [13]:

- 1) мотивационно-смысловой блок, включающий иерархию внутренних и внешних мотивов деятельности;
- 2) целевой блок, включающий особенности целеполагания или

постановки целей;

3) интенционально-регуляторный блок, включающий планирование деятельности и самоконтроль (саморегуляция) ее выполнения;

4) блок «реакция на неудачу», включающий реагирование на ситуации помехи, трудности и неудачи возникающих в процессе выполнения деятельности;

5) мотивационно-поведенческий блок, характеризующий интегративное проявление упорства и настойчивости при выполнении деятельности, направленной на достижение поставленных целей и намерений.

В связи со сложной структурой конструкта мотивации достижения, существует множество различных взаимосвязей её с другими проявлениями. Так, Р.С. Немов рассматривает целый комплекс личностных свойств, от которых зависит формирование мотивации достижения.

Во-первых, это напрямую касается такого важного личностного образования, как самооценка. Она непосредственно зависит от характера оценок, даваемых взрослым ребенку и его успехам в различных видах деятельности. У младших школьников в отличие от дошкольников уже встречаются самооценки различных типов: адекватные, завышенные и заниженные. Доверительность и открытость к внешним воздействиям, послушание и исполнительность создают хорошие условия для воспитания ребенка как личности, но требуют от взрослых и учителей большой ответственности, внимательного нравственного контроля за своими действиями и суждениями.

Вторым важным моментом является сознательная постановка многими детьми цели достижения успехов и волевая регуляция поведения, позволяющая ребенку добиваться ее. Сознательный контроль ребенком собственных действий в младшем школьном возрасте достигает такого уровня, когда дети уже могут управлять поведением на основе принятого решения, намерения, долгосрочной поставленной цели.

Третье важное, влияющее на формирование мотивации достижения, личностное образование – уровень притязаний. В общепсихологических экспериментальных исследованиях показано, что индивиды, имеющие сильную мотивацию достижения успехов и низкую мотивацию избегания неудач, обладают адекватной или умеренно повышенной самооценкой, а также достаточно высоким уровнем притязаний. Следовательно, в процессе развития мотива достижения успехов у детей необходимо заботиться как о самооценке, так и об уровне притязаний. Уровень притязаний может зависеть не только от успехов в учебной или какой-либо иной деятельности, но и от положения, занимаемого ребенком в системе взаимоотношений со сверстниками в детских группах и коллективах. Для детей, пользующихся авторитетом среди сверстников и занимающих в детских группах достаточно высокий статус, характерны как адекватная самооценка, так и высокий уровень притязаний, не завышенный, а вполне реальный [29].

Е.П. Ильин отмечает наличие взаимосвязи мотивации достижения и успеваемости младших школьников. У детей с высокой успеваемостью ярко выражена мотивация достижения успеха – желание хорошо выполнить задание, сочетающееся с мотивом получения высокой отметки или одобрения взрослых. У слабо успевающих школьников начальных классов мотив достижения выражен значительно хуже, а в ряде случаев вообще отсутствует.

Престижная мотивация, связанная с соперничеством со способными одноклассниками, присуща хорошо успевающим учащимся с завышенной самооценкой и лидерскими наклонностями. У неуспевающих учеников престижная мотивация не развивается.

Мотив избегания неудачи присущ как хорошо успевающим, так и плохо успевающим учащимся младших классов, но к окончанию начальной школы у последних он достигает значительной силы, так как мотив достижения успеха у них практически отсутствует. Почти четверть

неуспевающих третьеклассников отрицательно относятся к учению из-за того, что у них преобладает мотив избегания неудачи [19, с. 234].

В исследовании Н.В. Филипповой мотивация достижения младших школьников рассматривается как комплексное образование, включающее в себя следующие тенденции: "надежда на успех", "боязнь неудачи в связи с ощущением личной неспособности", "боязнь социальных последствий неудачи".

Преобладание той или иной мотивационной тенденции в поведении младших школьников зависит как от внешних, так и от внутренних факторов. Мотивационные тенденции "надежда на успех" и "боязнь социальных последствий неудачи" тесно связаны с родительским отношением (внешний фактор). Требовательность родителей, ожидание от детей ответственного отношения к своим поступкам и действиям формирует у последних стремление к достижению успеха, в то время как чрезмерная строгость, наказания за неудачи формируют мотивацию избегания социальных последствий неудачи. Мотивационная тенденция "боязнь личной неудачи" связана с личностными особенностями детей (внутренний фактор). Такие дети обладают повышенной тревожностью, возбудимостью, они напряжены, раздражительны, испытывают трудности в адаптации к новым условиям, остро реагируют на неудачи [34].

Таким образом, в проанализированных исследованиях представлены взаимосвязи мотивации достижения младших школьников как с конкретными результатами учебной деятельности, так и с личностными новообразованиями, такими как самооценка, самоконтроль, уровень притязаний личности.





### **1.3. Специфика формирования субъективного благополучия у младших школьников**

Переход от относительно свободного состояния дошкольника к систематической учебе всегда представлял для ребенка серьезную психологическую нагрузку, а в настоящее время у многих детей вызывает так называемый «школьный стресс».

По мнению В.В. Давыдова, поступивший в школу ребенок автоматически занимает совершенно новое место в системе отношений людей: у него появляются постоянные обязанности, связанные с учебной деятельностью. Близкие взрослые, учитель, даже посторонние люди общаются с ребенком не только как с уникальным человеком, но и как с человеком, взявшим на себя обязательство учиться, как все дети в его возрасте. Новая социальная ситуация развития вводит ребенка в строго нормированный мир отношений и требует от него организованной произвольности, ответственной за дисциплину, за развитие исполнительских действий, связанных с обретением навыков учебной деятельности, а также за умственное развитие.

Опираясь на работы современных психологов и физиологов, Н.С. Ковригина выделяет так называемые школьные факторы риска, остающиеся, по мнению исследователей, устойчивыми и труднопреодолимыми в течение многих десятилетий во всех школах мира:

- несоответствие методик и технологий возрастным и индивидуальным возможностям ребенка,
- стрессовая тактика педагогических воздействий,
- нерациональная организация образовательного процесса, в особенности режима движений, отдыха, питания;
- предельное напряжение умственных сил ребенка на уроке и в процессе выполнения домашних заданий;

- изматывающие, издергивающие нервную систему детей умственные, эмоциональные и физические перегрузки;
- педагогический и родительский «психоз» отличных отметок;
- формализм программных знаний;
- нервозность школьной обстановки, в которой царит торопливость, напряжение,
- недоверие к ребенку, к его желанию учиться, к его индивидуальности [13].

Таким образом, как отмечает В.В. Давыдов, «новая социальная ситуация обучения в школе ужесточает условия жизни ребенка и выступает для него как стрессогенная. У каждого ребенка, поступившего в школу, повышается психическая напряженность. Это отражается не только на физическом здоровье, но и на поведении ребенка» [17].

Одним из важнейших признаков психологического здоровья ребенка и, одновременно, показателем его адаптированности к новой социальной ситуации, по мнению Т.В. Архиреевой, является его субъективное благополучие, выявляющее переживания ребенка относительно школы и учебной деятельности, взрослых и сверстников относительно себя [4].

Благополучие рассматривается различными авторами как комплексное, интегральное явление, синтезирующее физические, психические, социальные аспекты, при этом несводимое к понятию удовлетворенности.

В толковом словаре С.И. Ожегова благополучие определяется как спокойное и счастливое состояние, без неудач и потрясений. Толковый словарь Т.Ф. Ефремовой трактует благополучие как обычное, без отклонений от нормы, состояние, а также жизнь в довольстве, полную обеспеченность. Данные определения благополучия соотносятся с понятиями в психологических исследованиях, где оно рассматривается как благоприятное для человека, положительное переживание, исходящее из обеспеченности функциональных потребностей человека.

Так, Ю.В. Бессонова определяет чувство благополучия как «интегральный психический феномен, целостное переживание, отражающее успешность функционирования индивида в социальной среде, сопровождающееся благоприятным эмоциональным фоном, функциональным состоянием организма и психики и позитивным самоотношением, доверительным отношением к миру» [2].

Рассматривая субъективное благополучие младшего школьника как особое системное переживание, Т.В. Архиреева выделяет в его структуре, как и в любом переживании, эмоциональный и когнитивно-оценочный компоненты. Структура субъективного благополучия ребенка младшего школьного возраста, по мнению автора, может быть представлена следующим образом: а) эмоциональное благополучие; б) когнитивно-оценочный компонент благополучия, состоящий из удовлетворенности отношениями с родителями, учителем и сверстниками; удовлетворенности успехами в учебной деятельности; оценки возможности организовывать и управлять своей жизнью; оптимизма в оценке перспектив будущей жизни [4].

Обобщив различные аспекты благополучия, Ю.В. Бессонова выделяет следующие его составляющие:

1. Удовлетворенность как интегральная когнитивно-эмоциональная оценка.
2. Функциональный статус, психическое и психофизиологическое состояние. Отсутствие негативных переживаний, состояний, последствий для организма и психики является необходимой составляющей благополучия.
3. Ценностно-мотивационная сфера, как общая осознанность жизни, так и индивидуальная система приоритетов, система координат [20].

Объединив теорию Т.В. Архиреевой со взглядами на субъективное благополучие Н.К. Бахаревой, А.В. Ворониной, П.П. Фесенко и др., мы составили более полную структурную картину субъективного благополучия, наглядно она представлена на рисунке 2.

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ младшего школьника, как система переживаний ребенком себя в социальной ситуации развития

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ  
доминирующий эмоциональный тон в отношении к жизни

КОГНИТИВНО-ОЦЕНОЧНЫЙ КОМПОНЕНТ  
представление и удовлетворенность отдельными сторонами настоящего и будущего

баланс положительных и отрицательных аффективных переживаний

эмоциональный комфорт, субъективное ощущение счастья

отсутствие выраженной тревожности, депрессивных симптомов

удовлетворённость отношениями с родителями, учителем и сверстниками

удовлетворённость успехами в учебной деятельности

оценка возможности организовать и управлять своей жизнью

оптимизм в оценке перспектив будущей жизни

Современных исследователей проблемы благополучия интересует его соотношение и взаимное влияние с другими психологическими процессами и состояниями личности.

Так, Б. Ригби и Ю.С. Хюбнер определили положительную корреляцию субъективного психологического благополучия с такими личностными характеристиками как экстраверсия, оптимистичный стиль атрибуции и эмоциональная устойчивость. Л. Чанг, К. Макбрайд-Чанг, С. Стюарт доказали взаимосвязь между удовлетворённостью жизнью и академической

успеваемостью. Ш. Салдо и Э. Шейффер, исследуя субъективное благополучие учащихся среднего звена школы, выяснили, что наиболее высокие самооценки данного феномена соотносятся с высокой академической успешностью и высокой результативностью в стандартных тестах достижений. В исследовании Р. Валуа, Р. Пэкстона, Ю. Хюбнера выявлена взаимосвязь между низким уровнем удовлетворённости жизнью и проблемным поведением учеников [22].

На психологическое благополучие учащихся существенно влияет и уровень социальной поддержки родителей, учителей, друзей и просто одноклассников. К примеру, финские психологи К. Яронен и П. Онстедт-Курки выделили следующие социально-психологические факторы психологического благополучия:

- безопасность и комфортность домашней среды,
- атмосфера любви, характеризующаяся семейными радостями, близостью и гармонией;
- открытость и доверительность межличностных взаимосвязей;
- родительский контроль и включенность в жизнь детей или подростков;
- чувство значимости в семье,
- семейная поддержка отношений с людьми и видов деятельности детей за границами семьи [36].

Дети из полных семей могут быть более счастливы, чем те, которые проживают с одним из родителей или не имеют их. Но восприятие родителей как добрых, поддерживающих и содействующих психологической автономии детей, является одним из самых сильных предикторов удовлетворенность жизнью учащихся, независимо от состава семьи.

Рассматривая психологическое благополучие различных групп учащихся в образовательной среде, Т.А. Ахрямкина, И.Н. Чаус утверждают, что проблема школьной успеваемости, оценки результатов учебной работы детей – центральная в младшем школьном возрасте. От оценки зависит

развитие учебной мотивации, именно на этой почве в отдельных случаях возникают тяжелые переживания и школьная дезадаптация. Существует опасность, что ребенок почувствует себя неуспешным и будет субъективно воспринимать себя неблагополучным. Непосредственно влияет школьная оценка и на становление самооценки, одного из факторов, влияющих на субъективное восприятие психологического благополучия. Дети, ориентируясь на оценку учителя, сами считают себя и своих сверстников отличниками, «двоечниками» и «троечниками», хорошими и средними учениками, наделяя представителей каждой группы набором соответствующих качеств. У отличников и некоторых хорошо успевающих детей складывается завышенная самооценка. У неуспевающих и крайне слабых учеников систематические неудачи и низкие оценки снижают их уверенность в себе, в своих возможностях. Их самооценка развивается своеобразно. У детей с заниженной и низкой самооценкой часто возникает чувство собственной неполноценности и даже безнадежности. Снижает остроту этих переживаний компенсаторная мотивация – направленность не на учебную деятельность, а на другие виды занятий. Утверждаясь в посильных для него видах деятельности, ребенок приобретает неадекватно завышенную самооценку, имеющую компенсаторный характер. Но даже в тех случаях, когда дети компенсируют свою низкую успеваемость успехами в других областях, «приглушенное» чувство неполноценности, ущербности, принятие позиции отстающего приводят к негативным последствиям – к формированию негативного субъективного восприятия своего благополучия [6, с. 30].

В исследовании Н.Е. Степановой субъективное благополучие младших школьников определяется как эмоциональное равновесие и преобладание положительно окрашенных эмоций, настроения, которые, в конечном итоге, складываются в переживание общей удовлетворенности жизнью. Субъективное благополучие затрагивает отношение к себе и включает в себя чувство собственного достоинства, чувство непрекращающегося развития и

самореализации. Субъективное благополучие младшего школьника, по мнению автора, тесно связано с успешностью в учебной деятельности и сферой межличностных отношений в классе.

В трудах М.В. Григорьевой, И.В. Дубровиной, О.А. Елисеевой, Л.В. Куликова, Г.В. Пучкова и др. рассматриваются различные элементы субъективного благополучия: физическое и духовное, материальное и нравственное и т.п. Для младших школьников, на наш взгляд, наиболее значимую роль играют три составляющие субъективного благополучия: физическое, эмоциональное и социально-коммуникативное.

Физическое благополучие определяется отсутствием хронических заболеваний, редкими проблемами с самочувствием, способностью преодолевать физические нагрузки, сохранять работоспособность организма в течение достаточно длительного времени.

Эмоциональное благополучие предполагает устойчивое положительное комфортное состояние ребенка, являющееся основой отношения к миру, отсутствие травмирующих стрессовых ситуаций, постоянного психического напряжения.

Социально-коммуникативное благополучие ребенка подразумевает соответствие его статуса в группе сверстников ожидаемому, качество его межличностных отношений со взрослым и сверстниками, отсутствие агрессивных проявлений, конфликтных ситуаций.

Исходя из сложной структуры субъективного благополучия, интерес представляет и вопрос и критериях данного свойства у младших школьников. Разные авторы по-разному трактуют вопрос о критериях и показателях, но все они находятся в рамках средового подхода.

В трудах Р.В. Овчаровой разработана психодидактическая модель образовательной среды в рамках парадигмы развивающего обучения. Описывая психоэмоциональное восприятие учащимися образовательной среды, автор отмечает следующие моменты:

- среда воздействует как единое целое;



- среда воспринимается в тесной связи с практической деятельностью;
- среда воздействует на все чувства и информацию о ней человек получает из сочетания данных всех органов чувств;
- любая среда обладает психологическими и символическими значениями;
- в перенасыщенной среде человек не воспринимает, не концентрирует, устраняет второстепенную информацию;
- наполненность среды разнообразными, монотонными элементами снижает возможность определения границ восприятия;
- бедная среда не способна удовлетворить потребность в разнообразии и является самой неблагоприятной для развития личностного потенциала [30].

Рассматривая благополучие личности в развивающей среде, автор сравнивает понятия «безопасной» и «комфортной среды», отмечая при этом, что комфортность образовательной среды служит показателем адаптированности к ней.

Безопасная среда – среда, в которой устанавливается соответствие между актуализированными потребностями индивида, его возможностями, ресурсами, с учетом конкретных условий существования с целью сохранения на максимально возможном уровне здоровья, способности к адекватному поведению и успешной деятельности, возможностью полноценного личностного развития. Комфортная среда – среда, в которой возникает состояние внутреннего спокойствия, комфорта, отсутствие разлада с собой и окружающим миром.

Критерии оценки субъективного психологического благополучия в рамках средового подхода представлены на рисунке 3.



Рис.3. Критерии субъективного психологического благополучия по Р.В. Овчаровой

Главным показателем субъективного благополучия младшего школьника Р.В. Овчарова считает позитивное психоэмоциональное состояние ученика, которое включает: хорошее самочувствие и активность, эмоциональное спокойствие, интерес к учебной деятельности, удовлетворенность ее результатами, позитивное настроение эмоций [30].

Итак, современные исследования показывают, что субъективное благополучие младшего школьника имеет значение для развития его как субъекта учебной деятельности. Была обнаружена связь субъективного благополучия и школьной мотивации, включая связь благополучия с

познавательной мотивацией ребенка и с его мотивированностью учебным процессом, а также его результатами. В практической части нашего исследования мы предполагаем выявить взаимосвязь субъективного благополучия и мотивации достижения ребенка.

### **Выводы по первой главе**

Одной из наиболее важных задач, которые встают перед современной психологией и педагогикой, является формирование активной личности, мотивированной на деятельную жизненную позицию, т.е. личности, оценивающей себя адекватно как внешним обстоятельствам, так и своим индивидуальным возможностям. В связи с этим, в последнее время исследованиям мотивации деятельности, ориентированной на достижения (учебные, профессиональные, спортивные и т.п.), придается все большее значение.

Мотивация достижения изучается отечественными психологами с разных сторон: исследуется сущность, структура и механизмы функционирования мотивации достижения; изучается мотивация достижения в учебной деятельности; исследуется влияние мотивации достижения на процесс психической и психофизической адаптации; разрабатываются методики для диагностики мотивации достижения и средства для ее измерения.

Мотивация достижения изучается также в социально-психологическом аспекте, как мотив социального успеха, способствующий достижению значимых результатов в деятельности, завоеванию высокого общественного положения. Большое внимание ученые уделяют исследованию роли мотивации достижения в профессиональной деятельности, влиянию мотивации достижения на эффективность деятельности групп, на формирование психологического климата в коллективе, изучается связь мотивации

достижения с личностными особенностями (самооценкой, уровнем притязаний, тревожностью)

По смыслу понятие мотивации достижения определяется как побуждение к получению высокого результата деятельности.

В психологической науке ориентацию личности на достижение успеха принято считать неременным условием ее развития, следовательно, и развития общества. В разных источниках выявлены основные психологические детерминанты и критерии развития мотивации достижения успеха личности: позитивное самоотношение, конструктивное саморазвитие, ориентация на самоактуализацию и т.п.

Несмотря на то что проблема мотивации достижения успеха стала предметом исследований многих ученых в области психологии, еще недостаточно раскрыты специфика и условия развития этого психологического образования в младшем школьном возрасте. Особый интерес представляет аспект нахождения подходов к развитию мотивации достижения успеха как показателя субъективного благополучия школьников.

Большинство факторов формирования субъективного благополучия именно в младшем школьном возрасте, по результатам, представленным в исследованиях, связаны с особенностями организации учебной деятельности и достижением успеха в этой сфере, поскольку данный вид деятельности является ведущим.

В современных условиях возросшей интенсивности и напряженности жизни, эффективная самореализация личности возможна в том случае, если она сможет умело противостоять воздействию в процессе развития стрессовым факторам. Развитие мотивации достижения успеха позволяет сохранять, поддерживать и восстанавливать психическое здоровье, способствует повышению уровня развития личности и деятельности ребёнка, формированию субъективного психологического благополучия.

В практической части нашего исследования мы предполагаем выявить взаимосвязь субъективного благополучия и мотивации достижения ребенка.

## **Глава 2. Практические аспекты исследования взаимосвязи мотивации достижения и субъективного благополучия младших школьников**

### **2.1. Задачи и организация исследования**

Исследование взаимосвязи уровня сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия младших школьников было организовано нами в несколько этапов.

На первом этапе – организационном – мы определили цель исследования, разбили её на отдельные, работающие на реализацию цели, задачи, подобрали адекватный задачам исследования психолого-педагогический инструментарий, выбрали контингент испытуемых.

На втором этапе – психодиагностическом – нами проводились выбранные методики, обрабатывались полученные результаты, определялись количественные и качественные характеристики изучаемых явлений.

На третьем этапе – аналитическом – мы провели обобщение полученных данных, проанализировали результаты проведённого исследования, сформулировали выводы и рекомендации для педагогов, на основании которой составили программу внеурочной деятельности по формированию мотивации достижения у младших школьников.

Экспериментальное исследование с целью изучения взаимосвязи уровня сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия младших школьников проводилось с детьми младшего школьного возраста в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «средняя общеобразовательная школа № 148» г. Челябинска. Всего в работе участвовало 28 учеников вторых классов. Классы имеют средний показатель успеваемости.

Вторые классы были нами выбраны для исследования не случайно. Во-первых, мы посчитали, что первоклассники испытывают большой стресс,

связанный с адаптацией к условиям школьного обучения, поэтому показатели мотивации достижения и субъективного благополучия у них могут быть неадекватны. Во-вторых, учащиеся третьего и четвёртого классов уже свыклись с условиями, предлагаемыми школой выбрали определённую тактику взаимодействия с ней, на установки же и мотивы второклассников возможно легче повлиять и таким образом создать благоприятную ситуацию для применения новых навыков и самореализации их в последующие годы обучения в начальной школе.

Для решения частных задач исследования нами были выбраны следующие методы:

- для определения структуры учебной мотивации младших школьников, мы подобрали методику, разработанную Н.Ц. Бадмаевой на основе методики изучения мотивационной сферы учащихся М.В. Матюхиной;

- для выявления выраженности мотивации достижения ребенка в различных сферах деятельности мы использовали тестовую методику МД решётка Шмальта, адаптированную и стандартизированную Н.В. Афанасьевой на русскоязычной выборке для учащихся начальной школы;

- для исследования субъективного благополучия младших школьников нами был выбран детский опросник качества жизни «Pediatric Quality of Life Inventory», вариант для детей 8-12 лет.

Психодиагностика учащихся проводилась в соответствии с требованиями к проведению тестирования учащихся младшего школьного возраста. Для проведения тестирования создавалась дружелюбная спокойная обстановка, убирались все лишние раздражители. Каждый ребёнок был обеспечен раздаточным материалом для проведения тестирования, а также письменными принадлежностями. Детям были даны ясные и чёткие инструкции по заполнению бланков. Всё это определяет надёжность и объективность результатов исследования. Ниже представлено описание и инструкции для проведения методик.

## **Методика Н.Ц. Бадмаевой**

### **Инструкция к тесту**

Проводится три серии испытаний.

Первая серия

Испытуемым дают карточки, на каждой из которых написано одно из суждений. Испытуемому предлагается выбрать все карточки с мотивами, которые имеют очень большое значение для учения.

Вторая серия

Из всех карточек надо отобрать только 7 карточек, на которых написаны, по мнению испытуемого, особенно важные суждения.

Третья серия

Из всех карточек надо отобрать только 3 карточки, на которых написаны особенно важные для испытуемого суждения.

### **Тестовый материал**

Понимаю, что ученик должен хорошо учиться.

Стремлюсь быстро и точно выполнять требования учителя.

Хочу окончить школу и учиться дальше.

Хочу быть культурным и развитым человеком.

Хочу получать хорошие отметки.

Хочу получать одобрение учителей и родителей.

Хочу, чтобы товарищи были всегда хорошего мнения обо мне.

Хочу, чтобы в классе у меня было много друзей.

Хочу быть лучшим учеником в классе.

Хочу, чтобы мои ответы на уроках были всегда лучше всех.

Хочу, чтобы не ругали родители и учителя.

Не хочу получать плохие отметки.

Люблю узнавать новое.

Нравится, когда учитель рассказывает что-то интересное.

Люблю думать, рассуждать на уроке.

Люблю брать сложные задания, преодолевать трудности.

Мне интересно беседовать с учителем на разные темы.

Мне больше нравится выполнять учебное задание в группе, чем одному.

Люблю решать задачи разными способами.

Люблю все новое и необычное.

Хочу учиться только на «4» и «5».

Хочу добиться в будущем больших успехов.

### **Ключ к тесту**

Мотивы:

долга и ответственности: 1 – 2 суждения;

самоопределения и самосовершенствования: 3 - 4;

благополучия: 5 - 6;

аффилиации: 7 -8;

престижа: 9 - 10;

избегания неудачи: 11 - 12;

учебно-познавательные (содержание учения): 13 - 14;

учебно-познавательные (процесс учения): 15 - 16;

коммуникативные: 17 - 18;

творческой самореализации: 19 - 20;

достижения успеха: 21 - 22.

### **Обработка результатов теста**

При обработке результатов учитываются только случаи совпадения, когда в двух или трех сериях у испытуемого наблюдались одинаковые ответы, в противном случае, выбор считается случайным и не учитывается.

### **Тест мотивации достижения Н.В. Афанасьевой**

Тест получивший название МД-решетка Шмальта (решетка мотивации достижения), сочетает в себе преимущества проективного теста и



личностного опросника. Стимульный материал теста содержит 18 картинок-изображений и список из 18 утверждений соответствующей тематики. Введение рисунков повышает проективность метода и достоверность данных. Использование списка категорий-утверждений обеспечивает экономичность обработки.

Тест МД-решетка предназначен для школьников 9-11 лет. В этом возрасте происходит интенсивное развитие мотивации достижения. Идет становление определенного типа атрибуции успехов и неудач, ребенок начинает сознательно соотносить неудачи и причины их появления. Важно выявить неблагоприятные варианты этого процесса с точки зрения педагога и вовремя оказать помощь, провести необходимую коррекцию развития.

Тест позволяет также получить данные о выраженности мотивации достижения ребенка в различных сферах деятельности. Автор выделяет наиболее значимые — учение, спорт, музыка, помощь, самоутверждение, предметно-манипулятивная деятельность.

### **Инструкция**

Мы хотим показать вам несколько рисунков и узнать, что каждый из вас думает по поводу того, что на них изображено. На рисунках ты увидишь мальчиков и девочек, которые чем-либо заняты. Глядя на рисунки, ты наверняка определишь, что они делают, о чем думают, что чувствуют. Каждый из вас может вспомнить о сходных ситуациях, в которых ему уже пришлось побывать.

В таких ситуациях можно чувствовать себя по-разному. Можно заниматься делом охотно или без желания. Можно радоваться и чувствовать себя счастливым или испытывать неуверенность в том, что ты что-то сможешь сделать. Кто-то, возможно, испытывает боязнь, что он все испортит или не справится. По каждому рисунку можно сочинить историю. Каждый из вас мог бы придумать свой небольшой рассказ.

Мы же поступим проще. Вам не надо будет рассказывать никаких историй. Нужно будет лишь найти из приложенного списка те предложения,

которые подходят к тому или иному рисунку. Список предложений есть под каждым рисунком. Ты должен сначала прочитать все эти предложения и поставить знак «X» в окошке против тех предложений, которые, по твоему мнению, подходят к данному изображению. Крестом ты сможешь пометить столько предложений, сколько считаешь нужным.

Если предложение не подходит к изображению, то поставь в соответствующее окошко знак «0». Разумеется, можно поставить столько нулей, сколько посчитаешь нужным.

В результате все предложения должны быть помечены тобой: против подходящих предложений должен стоять «X», против неподходящих — «0». Когда ты прочитаешь все предложения и поставишь против них либо «X», либо «0» на одной странице, можно перейти к следующей. Остальные страницы заполни таким же образом.

Теперь вы знаете, как выполняется это задание.

Итак, мы начинаем работу.

### **Диагностическое значение шкал**

**Шкала НУ:** «Надежда на успех», концепт хорошей собственной способности и уверенность в успехе (пункты 4, 9, 14, 15, 17).

**Шкала БН1:** концепт недостаточной собственной способности и активное избегание неудачи (пункты 2, 6, 8, 12, 16, 18).

**Шкала БН2:** боязнь неудачи (пункты 5, 7, 11, 13).

Тенденцию БН1 можно обозначить как активное избегание неудачи (задания 2, 8, 16) и как «Я-концепцию» недостаточности способности (задания 6, 8); тенденцию БН2 — как боязнь неудачи (задания 5, 7, 11, 13); тенденцию НУ — как уверенность в успехе (задания 3, 10), как предпочтение более трудных проблем (задания 5, 17) и как «Я-концепцию» достаточности способности (задания 4, 14).



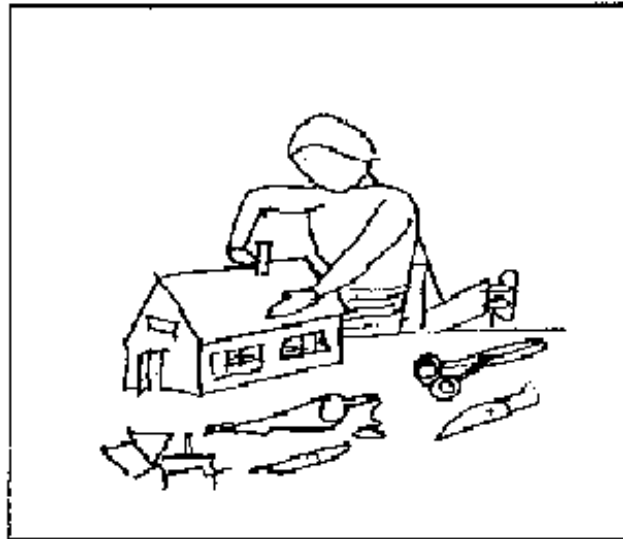


Рис. 1

- 1. Он хорошо себя чувствует
- 2. Он думает: «Это трудно, доделаю я лучше в следующий раз»
- 3. Он считает, что справится с этим
- 4. Он думает: «Я могу гордиться собой, потому что смог сделать это»
- 5. Он думает: «Может быть, опять неудача?»
- 6. Он недоволен тем, что у него получилось
- 7. Он устал
- 8. Он думает: «Я попрошу лучше кого-нибудь мне помочь»
- 9. Он думает: «Хорошо, если бы это у меня получилось»
- 10. Он думает, что все сделал правильно
- 11. Он боится, что сделал что-то не так
- 12. Это ему не нравится
- 13. Он не хочет, чтобы у него плохо получилось
- 14. Он хочет сделать больше остальных
- 15. Он думает: «Я лучше сделаю что-нибудь потруднее»
- 16. Он предпочитает ничего не делать
- 17. Он думает: «Если это трудно, то мне придется поработать дольше остальных»
- 18. Он думает, что не сумеет сделать этого

Рис. 4. Пример стимульного материала к тесту Н.В. Афанасьевой

**Детский опросник качества жизни «Pediatric Quality of Life Inventory» (PedsQL™ 4.0.).** Преимуществами использованного инструмента являются: наличие хороших психометрических свойств; простота и удобство в заполнении, статистической обработке и интерпретации результатов; применимость для обследования детей широкого возрастного диапазона. Опросник состоит из 23 вопросов, объединенных в шкалы по принципу 4-х основных компонентов благополучия ребенка: физическое благополучие (ФБ), эмоциональное благополучие (ЭБ), социальное благополучие (СБ) и школьное благополучие (ШБ).

### **Инструкция**

На следующей странице находится список ситуаций, которые могли представлять для тебя проблемы в жизни. Пожалуйста, скажи нам, насколько каждая из этих ситуаций представляла для тебя проблему в течение **последнего месяца**, отмечая кружком:

0. если это **никогда** не представляло для тебя проблему;
1. если это **почти никогда** не представляло для тебя проблему;
2. если это **иногда** представляло для тебя проблему;
3. если это **часто** представляло для тебя проблему;
4. если это **почти всегда** представляло для тебя проблему

Здесь нет правильных или неправильных ответов

Если ты не понимаешь вопроса, пожалуйста, обратись за помощью.

### **Обработка результатов теста**

Общее количество баллов рассчитывается по 100-балльной шкале. Чем выше итоговая величина, тем выше уровень психологического благополучия ребёнка. В процессе обработки результатов могут быть оценены отдельные шкалы опросника, а также получен общий балл. Если пропущено более 50% шкалы, суммарный балл по этой шкале не рассчитывается.

В следующем параграфе мы рассмотрим результаты обследования детей по данным методикам.

## 2.2. Результаты исследования и их анализ

Для определения доминирующих в мотивационной сфере учащихся мотивов, мы провели методику, разработанную Н.Ц. Бадмаевой на основе методики изучения мотивационной сферы учащихся М.В. Матюхиной. Все мотивы, изучаемые с помощью этой методики, подразделяются на широкие социальные (мотивы долга и ответственности, самоопределения и самосовершенствования), узколичностные (благополучия и престижа), учебно-познавательные (связанные с содержанием и процессом учения) и мотивы избегания неприятностей.

Воспользовавшись опытом психологов Е.В. Кривошей и Н.М. Кузнецовой [], данную методику мы проводили в виде письменного опроса второклассников (бланк опроса см. в приложении). Каждому ученику было предложено оценить степень важности мотивов своей учебной деятельности. При обработке анкет ответы детей мы обозначали баллами: 0 баллов – не важно, 1 балл – не совсем важно, 2 балла – очень важно. Далее баллы, набранные ребенком по утверждениям в одной группе мотивов, мы суммировали. Вычислить коэффициенты внутренней и внешней мотивации можно по следующим формулам:

Коэффициент внутренней мотивации = сумма баллов по группам мотивов 1–4 / max кол-во баллов (24 балла).

Коэффициент внешней мотивации = сумма баллов по группам мотивов 5–7 / max кол-во баллов (18 баллов).

Внутренняя личностная позиция в мотивации школьника определяется мотивами: долга и ответственности, самоопределения и самосовершенствования, а также мотивами, направленными непосредственно на содержание и процесс учения. Если в мотивационной сфере ребёнка доминируют данные мотивы, это благоприятно сказывается на его учебной деятельности.

Внешние мотивы – благополучия, престижа, избегания неудач – исходят от окружающих ребёнка людей. Если школьник руководствуется в своей учебной деятельности такими мотивами, он стремится в школе получить не знания, а отметки, чтобы избежать наказания или осуждения родителей, одноклассников, или, наоборот, быть лучшим в коллективе сверстников, заслужить похвалу и одобрение взрослых.

Средние показатели, набранные учащимися по каждой группе мотивов, а также средний коэффициент внутренней и внешней мотивации, представлены на рисунках 5, 6.

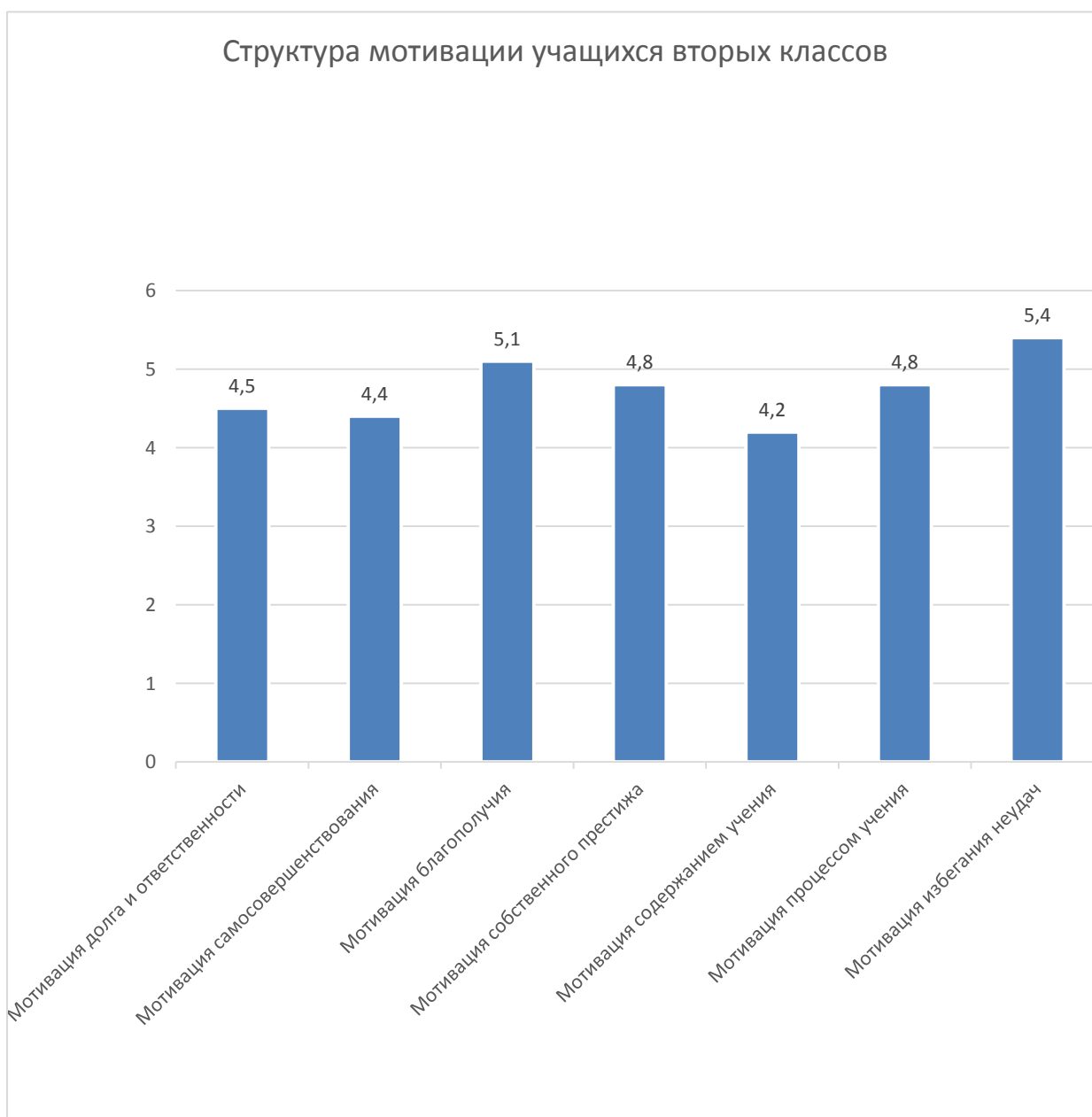


Рисунок 5. Средние показатели по отдельным группам мотивов

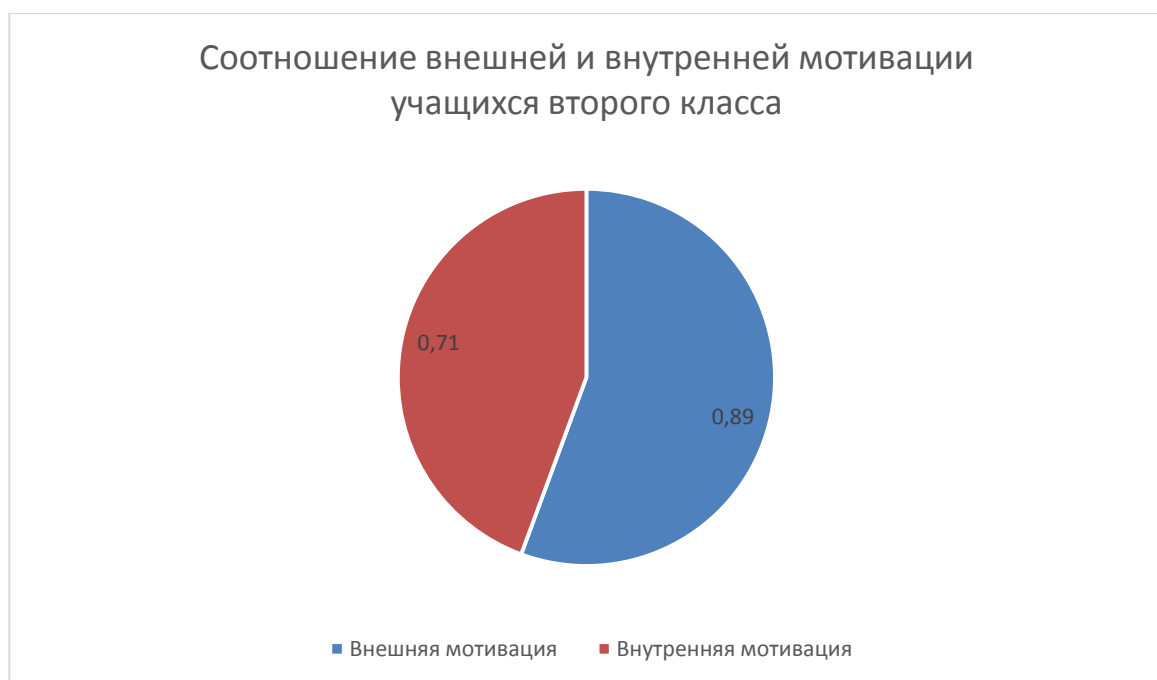


Рисунок 6. Показатели внешней и внутренней мотивации учения

Конкретные показатели преобладания мотивов достижения или избегания неудачи у отдельных учащихся, представлены нами в таблице 2.

В целом, подводя итоги по данным проведенной методики «Структура учебной мотивации младших школьников», можно сделать следующие выводы. Достаточно большое количество учащихся второго класса имеют мотивацию учения, связанную с пониманием ими долга и ответственности ученика школы. Однако, относиться к обучению как к средству достижения отдалённых целей, им ещё рано. Многие дети имеют желание узнавать новое, имеют интерес к содержанию и процессу самого учения. Но не все стремятся решать задачи повышенной трудности, требующие умения рассуждать, находить нестандартные решения. Достаточно сильна у второклассников мотивация собственного благополучия, ради похвалы, хорошей отметки, а также мотивация, связанная с избеганием неудач.

Проводя диагностику по методике Н.В. Афанасьевой, мы выбрали ситуации, связанные с самочувствием ребёнка в учебной деятельности.



Распределение шкал «надежда на успех», «боязнь неудачи» и «активное избегание неудачи» в ситуациях, связанных с учёбой, отражено на рисунке 7.

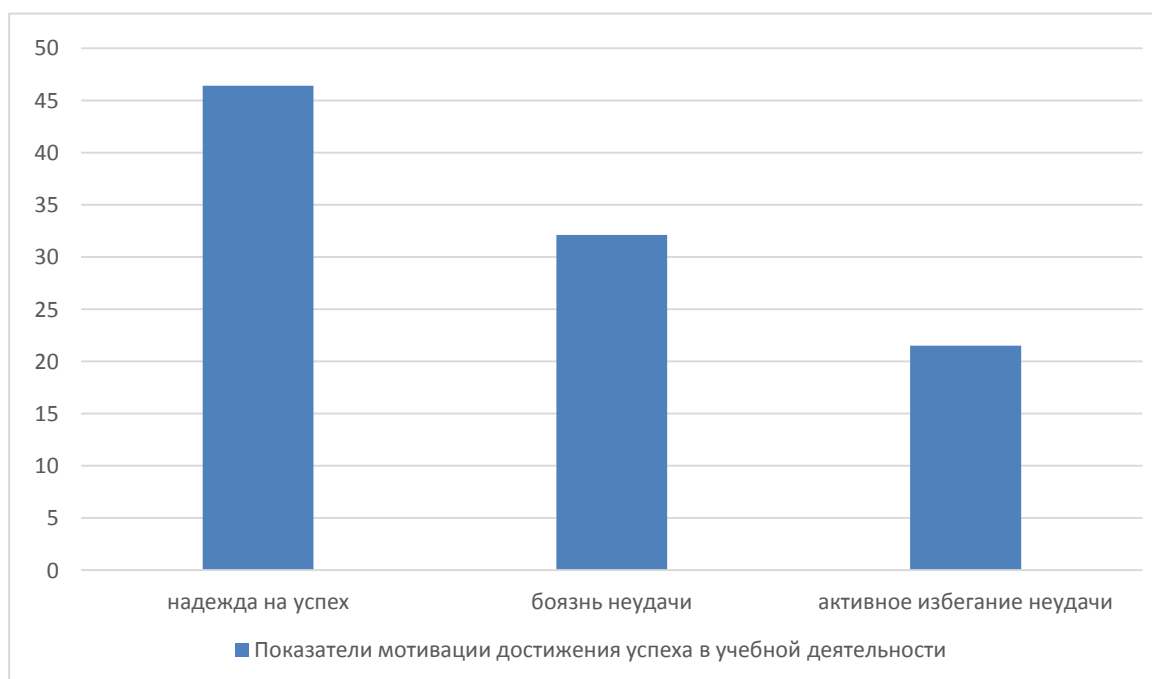


Рисунок 7. Распределение показателей мотивации достижения второклассников в учебной деятельности (%)

По данным методики было проведено собеседование с учителями классов, в которых проводилась диагностика, с целью подтверждения данных поведенческими характеристиками детей.

Итак, меньше половины учащихся (46, 4%) демонстрируют надежду на успех в учебных ситуациях. Некоторые из них всегда уверены в успешных результатах своей деятельности, они действительно хорошо учатся, просят дать дополнительные задания, сами подходят исправлять или улучшить отметки. Большинство второклассников, демонстрирующих надежду на успех, проявляют интерес к учёбе, редко пользуются помощью и подсказками одноклассников, адекватно предъявляют запрос учителю о помощи при затруднениях. Учащиеся охотно и активно участвуют в олимпиадах, интеллектуальных марафонах и научных конкурсах.

Практически треть школьников (31, 2%) часто испытывают страх перед неудачей в ситуациях обучения. Они прекращают выполнять задания

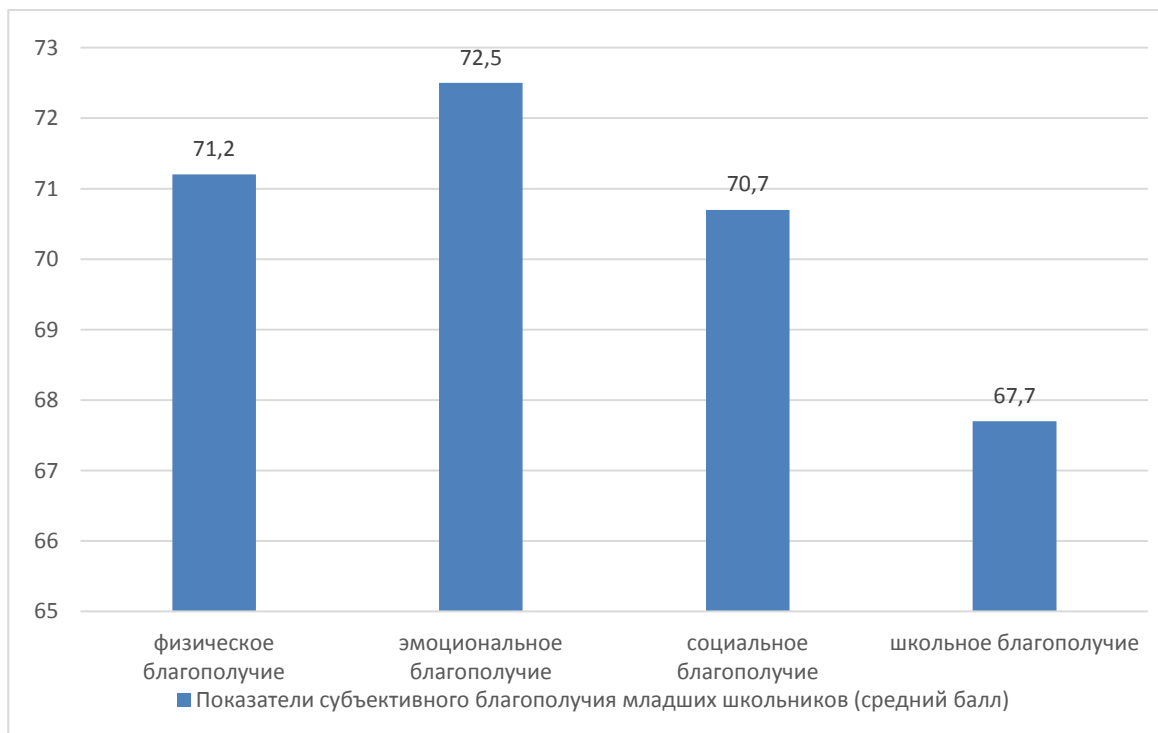
при столкновении с трудностью, не умеют или боятся обратиться за помощью к учителю, зато пользуются подсказками одноклассников. Такие дети слабо интересуются возможностью достичь более высоких результатов, стараются исправить свои отметки, но если не получается, то повторного желания не проявляют. Могут принять участие в олимпиаде ради одобрения учителя или родителей.

Меньшая часть учеников (21, 5%) активно избегают неудач в ситуациях, связанных с учёбой. Такие дети часто пропускают объяснения учителя, инструкции по выполнению самостоятельной работы, не просят о помощи, часто просто не выполняют задания. Они легко меняют цели под влиянием окружающих, если им предложить исправить оценку в другой день – с удовольствием соглашаются. Не стремятся к улучшению результатов своей деятельности. Не желают прилагать усилия ради достижения результата. Избегают участия в любых ситуациях оценивания достижений или соревнования.

При определении уровня субъективного благополучия по детской форме опросника качества жизни, мы получили следующие результаты: средние баллы по 4-м шкалам колеблются в промежутке от 60 до 80 баллов. Это не слишком высокие баллы из 100 возможных. Сравнение показателей субъективного благополучия второклассников представлено на рисунке 8.

На диаграмме наглядно показано, что несмотря на приближенность результатов по каждой шкале, субъективное восприятие детьми школьного благополучия ниже всех других показателей (67,7). Дети отмечают, что им часто бывает сложно сосредоточиться на уроках, выполнять домашние задания, они пропускают довольно много уроков по болезни. Эти данные подтверждают и низкие баллы по шкале физического благополучия (71,2). Детям непросто найти своё место в группе сверстников, они часто испытывают непонимание со стороны взрослых, трудности в общении (70,7). Самые высокие баллы (75,5) были выявлены по шкале эмоционального благополучия. Мы связываем это с тем, что младшим школьникам пока

сложно отразить свои эмоции, они реагируют на трудные ситуации чаще соматически, на физическом уровне, не осознавая в полной мере своих чувств, хотя и проявляют их достаточно бурно. Сама школьная атмосфера к тому же, не даёт ребенку в полной мере проявить и прожить свои эмоции, а



следовательно, и осознать их.

Все полученные данные по трём методикам мы свели в таблице 1.

№п п	Имя.	Доминирующий тип мотивации учения	Тип мотивации в учебной деятельности	Субъективное благополучие (средний балл)				
				ФБ	ЭБ	СБ	ШБ	ИТОГ
1	Владислав А.	процесс учения	надежда на успех	80	90	65	85	80,00
2	Карина А.	содержание учения	избегание неудачи	65	65	65	75	67,50
3	Андрей Б.	процесс учения	надежда на успех	65	95	85	70	78,75
4	Арина Б.	долг и ответственность	надежда на успех	75	70	75	65	71,25
5	Ирина В.	благополучие	боязнь	70	50	85	65	67,5

			неудачи					
6	Владислав а Г.	избегание неудач	боязнь неудачи	65	85	75	50	68,75
7	Евгений Д.	процесс учения	избегание неудачи	85	65	70	50	67,50
8	Маргарита Д.	собственный престиж	надежда на успех	75	85	65	75	75,00
9	Анастасия К.	благополучие	боязнь неудачи	65	70	65	65	66,25
10	Таисия К.	содержание учения	надежда на успех	85	90	80	65	80,00
11	Артём К.	избегание неудач	избегание неудач	65	50	75	75	66,25
12	Александр а Л.	долг и ответственнос ть	надежда на успех	70	90	65	85	77,50
13	Алексей Л.	процесс учения	надежда на успех	85	65	70	50	80,00
14	Елисей М.	самосовершен ствование	надежда на успех	90	80	70	50	72,50
15	София М.	благополучие	надежда на успех	65	65	75	80	72,50
16	Давид М.	избегание неудач	избегание неудач	65	75	50	75	66,25
17	Максим Н.	содержание учения	боязнь неудачи	75	65	75	65	66,25
18	Олеся Н.	благополучие	боязнь неудачи	65	95	85	70	66,25
19	Тимофей О.	процесс учения	надежда на успех	65	70	75	50	70,00
20	Алина С.	содержание учения	боязнь неудачи	75	50	75	65	72,50
21	Карам С.	процесс учения	избегание неудачи	80	90	65	85	65,00
22	Таисия С.	долг и ответственнос ть	надежда на успех	65	85	65	75	71,25
23	Елизавета С.	избегание неудач	боязнь неудачи	50	95	50	70	66,25
24	Анастасия Ф.	самосовершен ствование	надежда на успех	50	75	90	90	78,75
25	Иван Ф.	избегание неудач	боязнь неудачи	50	50	75	95	67,50

26	Екатерина Х.	долг и ответственность	боязнь неудачи	90	50	80	65	71,25
27	Артемий Х.	избегание неудач	избегание неудачи	65	50	65	75	63,75
28	Арина Ч.	процесс учения	надежда на успех	80	95	75	60	75,00
			Ср. балл	71,2	72,5	70,7	67,7	70,52

Из данных таблицы видно, что наиболее высокие средние баллы субъективного благополучия у детей, ориентированных в своей мотивационной сфере на успех, с доминирующими типами мотивации учения такими как: ориентация на содержание и процесс учения, собственный престиж и самосовершенствование. Более низкие средние баллы по шкалам субъективного благополучия у учеников, ориентированных на избегание или страх неудачи, собственное благополучие.

### **2.3. Программа внеурочной деятельности, направленная на формирование мотивации достижения у младших школьников**

В предыдущем параграфе нами была выявлена взаимосвязь уровня сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников. Очевидно, что на субъективное благополучие учеников будет влиять уровень сформированности у них мотивации достижения. В связи с этим, мы предлагаем внедрить в образовательный процесс начальной школы курс внеурочной деятельности «Движение вверх», направленный на развитие мотивации достижения успеха у детей младшего школьного возраста.

#### **Пояснительная записка**

Младшему школьнику присуще стремление добиваться успехов в различных видах деятельности. Особое значение для них приобретает процесс сопоставления личных результатов с достижениями одноклассников. В младшем школьном возрасте происходит закрепление мотива достижения

успехов в качестве устойчивого личностного свойства человека. На данном этапе ведущей для детей становится учебная деятельность. В учебно-воспитательном процессе в начальной школе у детей формируется самооценка, определенный уровень притязаний, стремление к достижению поставленной цели и деловые качества. В представленной программе внеурочной деятельности основной акцент будет сделан на формирование лидерских качеств детей, что в свою очередь станет залогом становления у младших школьников адекватной самооценки, деловых качеств и умения достигать поставленные цели. Программа рассчитана на 32 часа.

*Планируемые результаты:*

- развитие у детей ощущения веры в собственные силы: "Я сам!", "У меня получается!", "Я могу!";
- развитие инициативности, целеустремленности, ответственности за себя и окружающих;
- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках;
- формирование первичных навыков самоанализа.

*Виды деятельности:* познавательная, игровая, проблемно-ценностное общение, трудовая деятельность и социальное творчество.

*Формы организации деятельности:* беседа, круглый стол, тренинг, игра, проектная деятельность, коллективно-творческая деятельность.

***Содержание программы***

Курс внеурочной деятельности «Движение вверх» проводится в игровой форме. На первом вводном занятии учитель сообщает детям, что всем классом они будут совершать восхождение на гору. Происходит обсуждение необходимых условий для совершения восхождения: умение ставить цель и ее достигать, вера в собственные силы и возможности, умение брать на себя ответственность и отвечать за полученные результаты, умение

адекватно оценивать собственные возможности, способности, достижения, умение жить и работать в коллективе.

### ***Раздел 1. За любое дело берись смело (8 часов).***

Понятие «цель». Виды целей. Цели в обучении. Цели в общении. Цели в творчестве. Цели в любимом деле. Способы достижения цели. План, планирование. Составление плана на день, неделю, месяц. Долгосрочное планирование.

*Тренинг «Учусь ставить цели», Игра «Поменяйтесь местами», Упражнение «Дотянись до звезд». Проект «Мои мечты» (Приложение 1).*

### ***Раздел 2. Я могу!!! (8 часов)***

Уверенность, вера в свои силы как условие достижения поставленной цели. Как поверить в себя. Правила оценивания своих достижений.

*«Позитивные мысли», «Школьные дела», «Я в своих глазах, я в глазах окружающих», «Воображение успеха», «Поделись успехом», «Афоризмы», «Еженедельный отчет», «Волшебные очки», «Я справлюсь», «Я сильный», «Похвалилки», «За что меня любит мама» (Приложение 2).*

### ***Раздел 3. Взятся за гуж - не говори, что не дюж!(6 часов)***

Понятие «ответственность». Смысл высказывания «Мы в ответе за тех, кого приручили». Обязанности человека. Ответственность за свои слова. Ответственность за результаты своих действий.

*Акция по сбору кормов для животных приюта. Круглый стол с элементами тренинга «Я в ответе за свои поступки». КТД «Народные гуляния».*

### ***Раздел 4. Один за всех и все за одного!(6 часов)***

Коллектив в жизни каждого человека. Зачем мне нужен коллектив? Что я могу достичь без коллектива? Чем мне может помочь коллектив. Смысл высказывания «Один за всех и все за одного!». Правила жизни в коллективе. Правила работы в коллективе. Сплоченность коллектива.

*«Круг знакомств», «Испорченный видеомаягнитофон», «Диалог руками», «Ловля моли», «Изобрази предмет», «Здравствуй», «Комплименты» и т.д. Тренинг «Класс глазами каждого». Игровая программа «Веровочный курс» (Приложение 4).*

### **Раздел 5. Все за мной! (4 часа)**

Кто такой лидер? Какими качествами должен обладать лидер? Как стать лидером: советы и рекомендации.

*Тренинг «Я – лидер» (Приложение 5).*

<b>Название раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Содержание</b>	<b>Формы деятельности</b>
<b>Раздел 1. За любое дело берись смело</b>	1ч.	Понятие «цель». Виды целей. Цели в обучении. Цели в общении. Цели в творчестве. Цели в любимом деле.	Беседа «Цели в жизни человека». Упражнение «Дотянись до звезд».
	1ч.	Способы достижения цели. Значение выражения «Идти по головам».	Круглый стол «К цели любой ценой?»
	2 ч.	План, планирование. Составление плана на день, неделю, месяц. Долгосрочное планирование.	Индивидуальная работа с карточками «Мой день». Игра «Поменяйтесь местами». Работа



			в группе по планированию совместного выходного дня.
	1ч.	Способы постановки цели.	Тренинг «Учуь ставить цели».
	3ч.	Коллективный проект по развитию творческих способностей детей, направленный на визуализацию мечтаний ребенка, отраженных в индивидуальном продукте проекта.	Проект «Мои мечты».
<b>Раздел 2. Я могу!!!</b>	2ч.	Уверенность, вера в свои силы как условие достижения поставленной цели.	Беседа «Поверь в себя». Игры «Я в своих глазах, я в глазах окружающих», «Волшебные очки», «Я справлюсь», «Я сильный». Устный журнал «Вера в себя – залог победы на Олимпийских играх».

	2ч.	Как поверить в себя. Правила оценивания своих достижений.	Работа в микрогруппах (составление памятки «Я могу!»). Игры «Позитивные мысли», «Школьные дела». Практическая работа по овладению различными способами оценивания достижений (шкала, таблица, опрос и т.д.).
	1ч.	Игровой час	Игры «Воображение успеха», «Поделись успехом», «Афоризмы», «Похвалилки», «За что меня любит мама».
	3ч.	Коллективный проект, в	Проект «Вперед к

		ходе которого дети ставят цель на достижение собственного рекорда в какой-либо из областей своей деятельности (пр.: читать не 90, а 100 слов в минуту, прыгать в длину на 5 см больше, чем могу и т.д.), затем составляют план достижения цели и реализуют его.	рекордам!»
<b><i>Раздел 3. Взятся за гуж - не говори, что не дюж!</i></b>	1ч.	Понятие «ответственность». Смысл высказывания «Мы в ответе за тех, кого приручили».	Беседа «Мы в ответе за тех, кого приручили». Акция по сбору кормов для животных приюта.
	1ч.	Обязанности человека. Ответственность за свои слова. Ответственность за результаты своих действий.	Круглый стол с элементами тренинга «Я в ответе за свои поступки».
	4ч.	Коллективно-творческое дело, посвященное празднованию Масленицы. Задача детей – организовать и провести	КТД «Народные гуляния».

		различные площадки на «Народных гуляниях» (ярмарка, игры, соревнования, потехи и т.д.)	
<b>Раздел 4. Один за всех и все за одного!</b>	1ч.	Коллектив в жизни каждого человека. Зачем мне нужен коллектив? Что я могу достичь без коллектива? Чем мне может помочь коллектив.	Беседа «Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями много». Просмотр мультфильма о коллективизме ( <a href="https://www.youtube.com/watch?v=f5wmQnXs1BQ">https://www.youtube.com/watch?v=f5wmQnXs1BQ</a> ).
	1ч.	Час игры	«Круг знакомств», «Испорченный видеомаягнитофон», «Диалог руками», «Ловля моли», «Изобрази предмет», «Здравствуй», «Комплименты»
	1ч.	Тренинг, направленный на сплочение классного коллектива; создание благоприятного	Тренинг «Класс глазами каждого»

		психологического климата, преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.	
	1ч.	Смысл высказывания «Один за всех и все за одного!». Правила жизни в коллективе. Правила работы в коллективе. Сплоченность коллектива.	Беседа «Один за всех и все за одного!». Просмотр фрагмента х/ф «Три мушкетера». Работа в микрогруппах по составлению памятки «Жизнь и работа в коллективе».
	2ч.	Игровая программа с элементами тренинга, направленная на выработку группой стратегии, развитию творческих способностей, самовыражение, результативное лидерство, уверенность в себе, решение проблем,	Игровая программа «Веревочный курс»

		преодоление себя.	
<b>Раздел 5. Все за мной!</b>	2ч.	Кто такой лидер? Какими качествами должен обладать лидер? Как стать лидером: советы и рекомендации.	Беседа «Как стать лидером». Практическая работа в микрогруппах: на карточках представлены различные дела (участие в субботнике, оформление стенгазеты и т.д.); каждый ребенок продумывает и презентует способы вовлечения команды в свое дело.
	2ч.	Тренинг, направленный на формирование взаимопонимания и чувства ответственности по отношению друг к другу; формирование навыков понимания друг друга; приобретение навыков принятия	Тренинг «Я – лидер».

		ответственности друг за друга; выявление и развитие представлений о лидерстве; приобретение навыков планирования деятельности и организации работы в команде.	
--	--	---	--

Описанные нами формы работы мы частично опробовали при проведении классных часов и внеурочных мероприятий с второклассниками. Таким образом, на наш взгляд, работа по представленной программе окажет положительное влияние на мотивационную сферу младших школьников, поспособствует повышению уровня мотивации достижения, а также и уровня субъективного благополучия младших школьников.

### **Выводы по второй главе**

Во второй главе квалификационной работы мы работали над достижением цели – изучение взаимосвязи уровня сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия младших школьников. Исследование было проведено нами в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «средняя общеобразовательная школа № 148» г. Челябинска. Всего в работе участвовало 28 учеников вторых классов.

Для определения структуры учебной мотивации младших школьников, мы выбрали методику, разработанную Н.Ц. Бадмаевой на основе методики изучения мотивационной сферы учащихся М.В. Матюхиной. Полученные результаты свидетельствуют о преобладании у второклассников мотивации учения, связанной с пониманием ими долга и ответственности ученика школы. Однако, относиться к обучению как к средству достижения отдалённых целей, им ещё рано. Многие дети имеют

желание узнавать новое, имеют интерес к содержанию и процессу самого учения. Но не все стремятся решать задачи повышенной трудности, требующие умения рассуждать, находить нестандартные решения. Достаточно сильна у второклассников мотивация собственного благополучия, ради похвалы, хорошей отметки, а также мотивация, связанная с избеганием неудач.

Для выявления выраженности мотивации достижения ребенка в различных сферах деятельности мы использовали тестовую методику МД решётка Шмальта, адаптированную и стандартизированную Н.В. Афанасьевой на русскоязычной выборке для учащихся начальной школы. Мы выяснили, что 46,4% респондентов демонстрируют надежду на успех в учебных ситуациях. Некоторые из них всегда уверены в успешных результатах своей деятельности, они действительно хорошо учатся, просят дать дополнительные задания, сами подходят исправлять или улучшить отметки. 31,2% учащихся часто испытывают страх перед неудачей в ситуациях обучения. Они прекращают выполнять задания при столкновении с трудностью, не умеют или боятся обратиться за помощью к учителю, зато пользуются подсказками одноклассников. 21,5% учеников активно избегают неудач в ситуациях, связанных с учёбой. Такие дети часто пропускают объяснения учителя, инструкции по выполнению самостоятельной работы, не просят о помощи, часто просто не выполняют задания.

Для исследования субъективного благополучия младших школьников нами был выбран детский опросник качества жизни «Pediatric Quality of Life Inventory», вариант для детей 8-12 лет. Хотелось бы отметить, что субъективное восприятие детьми школьного благополучия ниже всех других показателей (67,7). Дети отмечают, что им часто бывает сложно сосредоточиться на уроках, выполнять домашние задания, они пропускают довольно много уроков по болезни. Эти данные подтверждают и низкие баллы по шкале физического благополучия (71,2). Детям непросто найти своё место в группе сверстников, они часто испытывают непонимание со стороны



взрослых, трудности в общении (70,7). Самые высокие баллы (75,5) были выявлены по шкале эмоционального благополучия. Мы связываем это с тем, что младшим школьникам пока сложно отразить свои эмоции, они реагируют на трудные ситуации чаще соматически, на физическом уровне, не осознавая в полной мере своих чувств, хотя и проявляют их достаточно бурно. Сама школьная атмосфера к тому же, не даёт ребенку в полной мере проявить и прожить свои эмоции, а, следовательно, и осознать их.

Мы констатировали наличие взаимосвязи между уровнем сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников. С целью повышения у младших школьников мотивации достижения, предлагаем внедрить в образовательный процесс начальной школы курс внеурочной деятельности «Движение вверх». Курс рассчитан на 32 часа.

*Планируемые результаты:*

- развитие у детей ощущения веры в собственные силы: "Я сам!", "У меня получается!", "Я могу!";
- развитие инициативности, целеустремленности, ответственности за себя и окружающих;
- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках;
- формирование первичных навыков самоанализа.

Виды деятельности: познавательная, игровая, проблемно-ценностное общение, трудовая деятельность и социальное творчество.

Формы организации деятельности: беседа, круглый стол, тренинг, игра, проектная деятельность, коллективно-творческая деятельность.

Содержание программы включает следующие разделы: «За любое дело берись смело», «Я могу!!!», «Взялся за гуж - не говори, что не дюж!», «Один за всех и все за одного!», «Все за мной!».

## Заключение

Одной из наиболее важных задач, которые встают перед современной психологией и педагогикой, является формирование активной личности, мотивированной на деятельную жизненную позицию, т.е. личности, оценивающей себя адекватно как внешним обстоятельствам, так и своим индивидуальным возможностям. В связи с этим, в последнее время исследованиям мотивации деятельности, ориентированной на достижения (учебные, профессиональные, спортивные и т.п.), придается все большее значение.

Мотивация достижения изучается отечественными психологами с разных сторон: исследуется сущность, структура и механизмы функционирования мотивации достижения; изучается мотивация достижения в учебной деятельности; исследуется влияние мотивации достижения на процесс психической и психофизической адаптации; разрабатываются методики для диагностики мотивации достижения и средства для ее измерения.

Мотивация достижения изучается также в социально-психологическом аспекте, как мотив социального успеха, способствующий достижению значимых результатов в деятельности, завоеванию высокого общественного положения. Большое внимание ученые уделяют исследованию роли мотивации достижения в профессиональной деятельности, влиянию мотивации достижения на эффективность деятельности групп, на формирование психологического в коллективе, изучается связь мотивации достижения с личностными особенностями (самооценкой, уровнем притязаний, тревожностью)

По смыслу понятие мотивации достижения определяется как побуждение к получению высокого результата деятельности.

В психологической науке ориентацию личности на достижение успеха принято считать неременным условием ее развития, следовательно, и развития общества. В разных источниках выявлены основные психологические детерминанты и критерии развития мотивации достижения успеха личности: позитивное самоотношение, конструктивное саморазвитие, ориентация на самоактуализацию и т.п.

Несмотря на то, что проблема мотивации достижения успеха стала предметом исследований многих ученых в области психологии, еще недостаточно раскрыты специфика и условия развития этого психологического образования в младшем школьном возрасте. Особый интерес представляет аспект нахождения подходов к развитию мотивации достижения успеха как показателя субъективного благополучия школьников.

Большинство факторов формирования субъективного благополучия именно в младшем школьном возрасте, по результатам, представленным в исследованиях, связаны с особенностями организации учебной деятельности и достижением успеха в этой сфере, поскольку данный вид деятельности является ведущим.

В современных условиях возросшей интенсивности и напряженности жизни, эффективная самореализация личности возможна в том случае, если она сможет умело противостоять воздействию в процессе развития стрессовым факторам. Развитие мотивации достижения успеха позволяет сохранять, поддерживать и восстанавливать психическое здоровье, способствует повышению уровня развития личности и деятельности ребёнка, формированию субъективного психологического благополучия.

В практической части нашего исследования мы выявили взаимосвязь субъективного благополучия и мотивации достижения ребенка. Исследование было проведено нами муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «средняя общеобразовательная школа № 115» г. Челябинска. Всего в работе участвовало 28 учеников вторых классов.

На первом этапе исследования мы определили структуру учебной мотивации младших школьников ( методика, разработанную Н.Ц. Бадмаевой на основе методики изучения мотивационной сферы учащихся М.В. Матюхиной). Полученные результаты свидетельствуют о преобладании у второклассников мотивации учения, связанной с пониманием ими долга и ответственности ученика школы. Однако, относиться к обучению как к средству достижения отдалённых целей, им ещё рано. Многие дети имеют желание узнавать новое, имеют интерес к содержанию и процессу самого учения. Но не все стремятся решать задачи повышенной трудности, требующие умения рассуждать, находить нестандартные решения. Достаточно сильна у второклассников мотивация собственного благополучия, ради похвалы, хорошей отметки, а также мотивация, связанная с избеганием неудач.

На втором этапе мы выявили выраженность мотивации достижения ребенка в различных сферах деятельности (тестовая методика МД решётка Шмальта, адаптированную и стандартизированную Н.В. Афанасьевой на русскоязычной выборке для учащихся начальной школы). Мы выяснили, что 46,4% респондентов демонстрируют надежду на успех в учебных ситуациях. Некоторые из них всегда уверены в успешных результатах своей деятельности, они действительно хорошо учатся, просят дать дополнительные задания, сами подходят исправлять или улучшить отметки. 31,2% учащихся часто испытывают страх перед неудачей в ситуациях обучения. Они прекращают выполнять задания при столкновении с трудностью, не умеют или боятся обратиться за помощью к учителю, зато пользуются подсказками одноклассников. 21,5% учеников активно избегают неудач в ситуациях, связанных с учёбой. Такие дети часто пропускают объяснения учителя, инструкции по выполнению самостоятельной работы, не просят о помощи, часто просто не выполняют задания.

На третьем этапе мы оценили субъективное благополучие младших школьников (детский опросник качества жизни «Pediatric Quality of Life

Inventory», вариант для детей 8-12 лет). Хотелось бы отметить, что субъективное восприятие детьми школьного благополучия ниже всех других показателей (67,7). Дети отмечают, что им часто бывает сложно сосредоточиться на уроках, выполнять домашние задания, они пропускают довольно много уроков по болезни. Эти данные подтверждают и низкие баллы по шкале физического благополучия (71,2). Детям непросто найти своё место в группе сверстников, они часто испытывают непонимание со стороны взрослых, трудности в общении (70,7). Самые высокие баллы (75,5) были выявлены по шкале эмоционального благополучия. Мы связываем это с тем, что младшим школьникам пока сложно отразить свои эмоции, они реагируют на трудные ситуации чаще соматически, на физическом уровне, не осознавая в полной мере своих чувств, хотя и проявляют их достаточно бурно. Сама школьная атмосфера к тому же, не даёт ребенку в полной мере проявить и прожить свои эмоции, а, следовательно, и осознать их.

Соотнеся полученные на трех этапах данные, мы констатировали наличие взаимосвязи между уровнем сформированности мотивации достижения и субъективного благополучия у младших школьников. С целью повышения у младших школьников мотивации достижения, предлагаем внедрить в образовательный процесс начальной школы курс внеурочной деятельности «Движение вверх». Курс рассчитан на 32 часа и направлен на достижение следующих планируемых результатов:

- развитие у детей ощущения веры в собственные силы: "Я сам!", "У меня получается!", "Я могу!";
- развитие инициативности, целеустремленности, ответственности за себя и окружающих;
- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках;
- формирование первичных навыков самоанализа.

Виды деятельности: познавательная, игровая, проблемно-ценностное общение, трудовая деятельность и социальное творчество.

Формы организации деятельности: беседа, круглый стол, тренинг, игра, проектная деятельность, коллективно-творческая деятельность.

Содержание программы включает следующие разделы:

- За любое дело берись смело
- Я могу!!!
- Взятся за гуж - не говори, что не дюж!
- Один за всех и все за одного!
- Все за мной!

Таким образом, цель нашего исследования, которая заключалась в выявлении взаимосвязи между уровнем сформированности мотивации достижения и субъективным благополучием у детей младшего школьного возраста и разработке программы внеурочной деятельности, направленной на формирование мотивации достижения у младших школьников, достигнута, задачи решены.

Наша работа не исчерпывает всех вопросов данной проблемы. Дальнейшее направление работы мы видим в совершенствовании занятий программы курса внеурочной деятельности «Движение вверх».

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова, Г.С. Практикум по возрастной психологии : Учеб. пособие для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – М. : AcademiA, 1999. – 316 с.
2. Алтунина, И.Р. Развитие мотивов и мотивации социального поведения у детей дошкольного и младшего школьного возрастов / И. Р. Алтунина [Текст]// Психологическая наука и образование. – 2006. – №2. – С. 5-15.
3. Архиреева, Т.В. Структура и динамика изменения субъективного благополучия младших школьников/Т.В. Архиреева [Текст] // Царскосельские чтения. – 2015. – №19. – С. 342-345.
4. Аткинсон, Дж.В. Теория о развитии мотивации/ Дж.В. Аткинсон [Текст] – Н., 2013. – 340 с.
5. Афанасьева, Н.В. Руководство к тесту мотивации достижений детей 9-11 лет. МД-решетка Шмальта. / Н.В. Афанасьева. – М., 1998. – 271 с.
6. Ахрямкина, Т.А. Психологическое благополучие учащихся в образовательной среде: монография / Т. А. Ахрямкина, И. Н. Чаус. – Самара: СФГБОУ ВПО МГПУ, 2012. – 104 с.
7. Белкин, А.С. Ситуация успеха. Как ее создать : Кн. для учителя / А. С. Белкин. – М. : Просвещение, 1991. – 168 с.
8. Бирюкова, И.А. Мотивация достижения успеха и психологическое здоровье студентов/ И.А. Бирюкова [Текст] // Материалы VIII междунар. науч.-практ. конф. 21 ноября 2013 г. – Тамбов : ТГУ, 2013. – С. 205-208.
9. Васильев, И.А. Мотивация и контроль за действием / И. А. Васильев, М. Ш. Магомед-Эминов. – М. : Изд-во МГУ, 1991. – 143 с.
10. Волков, Б. С. Психология младшего школьника [Текст] / Б. С. Волков ; Московский гос. обл. ун-т. – Москва : Альма Матер : Академический Проект, 2005. – 205 с. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Изд-во "Просвещение", 1989.
11. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика-пресс, 1999. – 533 с.

12. Гальперин, П.Я. Введение в психологию [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся гуманитарным специальностям / П. Я. Гальперин. – Москва : Ун-т, 2000. – 329 с.
13. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения / Т.О. Гордеева. – Москва : Смысл : Академия, 2006. – 336 с.
14. Гордеева, Т.О. Базовые типы мотивации деятельности: потребностная модель/Т.О. Гордеева [Текст] // Вестник Московского университета. – Серия 14.Психология. – 2014. – №3 – С.63-78.
15. Долготов, Т. В. Тревожность – фактор формирования мотивации достижения успеха, избегания неудачи [Текст] / Долготов Т. В. – Москва : Лаборатория Книги, 2010. – 125 с.
16. Долохов, В.В. Технология успеха : курс начинающего волшебника / В. В. Долохов, В.Н. Гурангов. – Москва : АСТ : Астрель, 2008. – 216 с.
17. Дусавицкий, А.К. Развитие личности в учебной деятельности / А. К. Дусавицкий. – М. : Дом педагогики, 1996. – 203 с.
18. Занюк, С. С. Психология мотивации: Теория и практика мотивирования. Мотивац. тренинг / С. Занюк. – Киев : Эльга-Н : Ника-Центр, 2001. – 351 с.
19. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб : Питер, 2011. – 508 с.
20. Карева, Д.Ф. Взаимодействие систем обучения и воспитания в вузовском образовании / Д.Ф. Карева, Е.К. Дворянкина; Рос. Федерация. М-во путей сообщ., ГОУ ВПО "Дальневост. гос. ун-т путей сообщ. МПС России". Каф. "Начертат. геометрия и инж. графика" – Хабаровск : Изд-во ДВГУПС, 2003. – 251 с.
21. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста : Кн. для учителя / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – М. : Просвещение, 1988. – 189 с.
22. Кубышкина, М.Л. Психологические особенности мотивации социального успеха: автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.05 /



- Санкт-Петербург. ун-т. – Санкт-Петербург, 1997. – 16 с.
23. Леонтьев, А.А. Деятельность, сознание, личность / А.А. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, Е.Е. Соколова. – М. : Смысл, 2005 (ППП Тип. Наука). – 431 с.
  24. Литвинова, Г.В. Мотив достижения успеха как фактор развития личности : [монография] / Литвинова Г. В. ; Камчат. гос. пед. ун-т. – Петропавловск-Камчатский : Изд-во КГПУ, 2004. – 124 с.
  25. Магомед-Эминов, М. Ш. Мотивация и мотив/ М.Ш. Магомед-Эминов [Текст] // Психолого-педагогические проблемы мотивации учебно-трудовой деятельности: Тез. докл. научно-практ. конф. 26-28 июня 1985 г. –Новосибирск, 1985. – С. 33-35.
  26. Магомед-Эминов, М. Ш. Трехфакторная модель когнитивной структуры мотивации достижения/ М.Ш. Магомед-Эминов [Текст] // Вестн. МГУ. – Сер. 14. Психология. – 1984. – № 1. – С. 57-59.
  27. Маркова, А.К. и др. Формирование мотивации учения : Кн. для учителя / А. К. Маркова, Т. А. Матис, А. Б. Орлов. – М. : Просвещение, 1990. – 191 с.
  28. Маслоу, А. Мотивация и личность [Текст] / Абрахам Маслоу; [пер. с англ. Т. Гутман, Н. Мухина]. – Москва [и др.] : Питер, 2011. – 351 с.
  29. Немов, Р.С. Психология : В 3 кн. / Р. С. Немов. – 2-е изд. – М. : Гуманит. изд. центр "ВЛАДОС", 1995. – Кн. 2: Психология образования. – М. : Просвещение : Гуманит. изд. центр "ВЛАДОС", 1995. – 491 с.
  30. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Р. В. Овчарова. –М. : АCADEMIA, 2005. – 445 с.
  31. Ольшанский Д.В. Новая педагогическая психология / Д.В. Ольшанский. – М. : Акад. проект, 2002. – 526 с.
  32. Пейсахов, Н.М. Закономерности динамики психических явлений [Текст] / Н. М. Пейсахов. – Казань : Изд-во Казанского ун-та, 1984. – 235 с.
  33. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность : Учеб. пособие для студентов вузов по направлению и спец. "Психология", "Клинич. психология" / Х.

- Хекхаузен; [Пер. с англ.: Т. Гудкова и др.]; Науч. ред. пер. на рус. яз.: Д. А. Леонтьев, Б. М. Величковский. – М. [и др.] : Питер : Смысл, 2003. – 859 с.
34. Ходырева, Н.В. Гендер в психологии: история, подходы, проблемы/Н.В. Ходырева [Текст]// Вестник СПб.Университета. – 1998. – Серия 6, вып.2. – С.73 - 84.
35. Шамионов, Р.М. Личность субъекта учебной и педагогической деятельности : [Монография] / Р.М. Шамионов; М-во образования РФ и др. – Саратов : Изд-во Саратов. пед. ин-та, 1999. – 118 с.
36. Шамионов, Р.М. Психология субъективного благополучия: ( к разработке интегративной концепции )/ Р.М. Шамионов [Текст] // Мир психологии. – 2002.– №2. – С. 143-148.
37. Шамионов, Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы / Р. М. Шамионов. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 2008. – 294 с.
38. Швалб, Ю. М. Возрастная психология: учеб пособие для студ вузов /. Ю. М. Швалб,. И. Ф. Муханова;. Киев нац ун-т им. Т. Г. Шевченко;. Макеев, экономике-Гуманитарий, ин-т – Донецк:. Норд-пресс, 2005. – 304 с.
39. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды [Текст] / Д. Б. Эльконин ; под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко ; [авт. вступ. ст. и коммент. В. В. Давыдов] ; АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1989. – 554 с.
40. Юферова, М.А. Влияние семейного воспитания на развитие мотивации достижения детей 9-11 лет : автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.07 / Ярослав. гос. пед. ун-т им. К.Д. Ушинского. – Ярославль, 2004. – 22 с.



## Приложение 1

### 1. ТРЕНИНГ «УЧУСЬ СТАВИТЬ ЦЕЛИ»

Цель: Осознание своих жизненных целей, ценностей и ресурсов, которые могут помочь в достижении цели; формирования личной ответственности за свое будущее.

Оборудование и материалы:

- стикеры в виде зеленых листьев и зерен;
- заготовка «Ладонка»;
- ручки, фломастеры, листы бумаги;
- таблица «Список желаний»;
- ватман, цветная бумага, ножницы, клей, старые журналы для коллажа.
- клубок ниток.

Форма проведения: тренинг

*Есть одно качество, которым нужно обладать, чтобы побеждать, и это определенность цели, знание чего человек хочет и жгучее желание достичь этого.*

*Наполеон Хилл*

*Ход проведения*

#### I. Знакомство

Ведущий предлагает участникам продолжить следующие предложения:

-Мне нравится, когда меня ласково называют ...

-Я умею ..... , ..... , ..... .

-Я хочу научиться....., ..... , ..... .

#### II. Правила работы в группах

Для совместной продуктивной работы участников занятий ведущий предлагает правила работы, подготовленные заранее:

- не перебивать
- уметь слушать

- отстаивать своё мнение
- проявлять доброжелательность
- проявлять уважение друг к другу
- точно выражать свои мысли
- быть активным в работе

Если в ходе упражнения у участников возникли какие-либо пожелания относительно правил, то они могут вносить свои изменения.

### III. Ожидания участников.

Участники на стикерах, символизирующих записывают свои ожидания и приклеивают на плакат с изображением поляны.

### IV. Основная часть

#### 4.1. Упражнение «Ладонка»

Каждый участник кладёт на лист бумаги свою ладонь с разведёнными в стороны пальцами и обводит её контур. После этого предлагается в контуре, изображающем каждый из пальцев, написать какую-либо собственную цель, которую хотелось бы достигнуть в ближайшие три года («ваши пальцы показывают на то, чего вам хочется достигнуть»). А на самой ладонке – то, на кого или на что можно опереться при достижении этой цели, кто или что поможет на пути к ней («за что можно ухватиться ладошкой, продвигаясь к своим целям».)

*Психологический смысл упражнения.*

Одна из техник уточнения целей и осознания ресурсов, которые могут помочь в достижении задуманного.

*Обсуждение.*

Каждый из участников говорит, что нового он понял о себе в процессе выполнения этого упражнения. По желанию участники также могут продемонстрировать свои рисунки группе и более подробно рассказать, какие именно цели они поставили и на что могут опереться при их достижении.

#### 4.2. Упражнение «Групповое рисование картинок»

Каждый участник начинает рисовать какой-то сюжет и делает первые наброски, позволяющие определить замысел. Затем рисунки передаются по кругу влево. На полученном рисунке каждый дорисовывает что-то, исходя из задуманного сюжета. Работа продолжается до тех пор, пока рисунок не вернётся к первому автору.

*Психологический смысл упражнения.*

Мы иногда планируем события своей жизни в определённой последовательности, как будто делаем набросок на чистом листе бумаги. Всё получилось бы, как задумано, если бы это зависело только от нас.

Но другие люди добавляют несколько штрихов - а они видят всё иначе и несколько меняют задуманное.

Мы живём, общаясь с другими людьми, которые вносят поправки в наши планы, нарушая намеченную нами последовательность, не всегда понимая нас. Иногда это очень похоже на то, что было задумано, иногда – совсем противоположное. Разве это не проявилось – в рисунке?

*Обсуждение.* Расскажите о своих впечатлениях по поводу коллективного труда. Похож ли результат на то, что было задумано?

#### 4.3. Упражнение Список мечтаний

*Теоретическая часть:*

Помни: тебе требуется равновесие ,поэтому цели нужно устанавливать во всех областях жизни .В твоей жизни есть четыре области, которым стоит уделить внимание ,если хочешь достичь своей цели. Это твоя эмоциональная сторона, твоя психическая сторона, физическая и духовная. Их можно подразделить на 9 основных жизненных областей:

*Время для других*

Семья

Друзья

Школа

Общество

*Время для себя*

Игры

Духовность

Здоровье

Финансы

Планирование

Задание:

Запишите на бумаге в 9 колонок все девять областей жизни.

В каждой области составьте список мечтаний – чем круче и нелепее, тем лучше (например, про выигрыш 50 000 000 долларов)

Разбей их на пятилетний план

Разбей их на годовые цели

Теперь на полугодовые

На месячные

Наконец составь список ежедневных задач.

А теперь пойд и выполни все эти задачи. Не забывай писать свои цели в положительной форме, устанавливать приоритеты и быть реалистичным. И самое главное – помни, что ты сможешь воплотить все свои мечты.

#### 4.4. Упражнение «Хочу – могу – надо»

Участники строят коллажи, на которых представлены собственные желания, возможности и потребности. Это отражает структуру личности по Э. Берну: «Ребёнок (желания) – Взрослый (возможности) – Родитель (долженствование)». Обычно ведущий сначала рисует эту схему личности и кратко комментирует её, а потом предлагает участникам выполнить коллажи, придерживаясь либо традиционной схемы (три круга один под другим: в нижнем желания, в среднем возможности, в верхнем обязательства), либо в свободной форме.

Более простой вариант, уместный при работе с младшими подростками – остановиться на работе с одной из этих составляющих, например выполнить

коллаж на тему «Моя мечта». Задание выполняется на листах формата А3, время 30-40 мин.

Потом проводится презентация работ в виде экскурсии, на которой авторы поочерёдно выступают в роли экскурсоводов. Представляя свои коллажи

*Психологический смысл упражнения.*

Упражнение способствует более полному осознанию своих желаний и возможностей, постановке личностных и профессиональных целей, повышению самооценки.

*Обсуждение.*

Какие выводы каждый участник сделал лично для себя при выполнении этого упражнения. Что нового узнал о себе, своих желаниях и возможностях?

Цитата в тему: как говорит известный российский психолог и психотерапевт М.Е. Литвак, «счастье человека состоит в том, что бы для него «хочу, могу и надо»» имели одно и то же содержание.

Насколько вы согласны с такой позицией?

Приведите аргументы за и против неё.

#### 4.5. Упражнение «Нити дружбы»

Круг. Каждому участнику предоставляется право сделать комплимент кому-нибудь из группы. Для этого мы используем клубок ниток. Тренер, удерживая конец нити. Передаёт его одному из участников и при этом делает комплимент. Получивший клубок благодарит, делает комплимент и передаёт клубок соседу, при этом нить остаётся у него в руках.

Тренер следит, чтобы клубок с комплиментом получил каждый участник тренинга. В результате все связаны друг с другом единой нитью.

*Обсуждение.* Осторожно натянем нить, чтобы она не разорвалась. Что вы чувствуете?

А теперь поднимаем над головой. Что вы чувствуете?

*Психологический смысл упражнения.*



Вот так должно быть и в жизни. У человека могут быть взлёты, падения, жизнь может идти ровно, но в любом случае завязанные нити дружбы не должны рваться.

V. Подведение итогов.

5.1 Участники получают стикеры в виде зеленых листьев (символизирующие ростки), на которых они записывают, оправдались их ожидания, озвучивают свои записи и приклеивают на плакат с уже приклеенными зернами.

5.2 «Аплодисменты по кругу». Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и так далее. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Разве было бы не прекрасно достижение цели, только желая ее? Конечно, жизнь так не устроена. Нам всем нужны мечты, но мечтаний не достаточно. Для реализации мечты нужны действия. Думайте о них, как о специальных ключах, которые помогут вам открыть двери успеха

В конце занятия участники получают памятки «Ключи достижения цели».

*Памятка «Ключи достижения цели»*

Разве было бы не прекрасно достижение цели, только желая ее? Конечно, жизнь так не устроена. Нам всем нужны мечты, но мечтаний не достаточно. Для реализации мечты нужны действия. Думайте о них, как о специальных ключах, которые помогут вам открыть двери успеха

Ключ 1

Пообещай себе: «Я попробую изучить то, что поможет мне и стать лучше и достичь успеха во всем ,что я делаю»

Ключ 2

Мечтай о больших мечтах. Устанавливай действительно великие цели. Как говорит пословица «Небо это рубеж. Целься выше»

Ключ 3

Для достижения успеха вам нужно иметь позитивную внутреннюю позицию(ПВП)

С ПВП вы можете достигнуть почти любую цель. Без этого вы можете работать в два раза усерднее остальных, но и не достичь успеха.

Ключ 4

Подумай о людях, которыми ты восхищаешься. Что положительного сделали они?

Ключ 5

Держи свою цель в поле зрения, напоминай себе о конечной цели своего выбора.

Предпринимай что-либо каждый день, чтобы двигаться в правильном направлении.

Ключ 6

Ищи способы достичь поставленных целей во всем: в книгах, которые ты читаешь, в случаях, которые с тобой происходят. Таким образом, ты будешь все ближе и ближе к своим целям.

Ключ 7

Запомни правило: «Действуй сейчас, не откладывая на потом»

## **2. Игры и упражнения на формирование умения ставить цель**

### **Игра “Поменяйтесь местами”**

Следующая игра: "Поменяйтесь местами". Она проводится в парах. Нужно рассчитаться на первый-второй. Участник занятия с номером один должен поставить перед собой цель: уговорить участника под номером два поменяться местами. Для уговаривания вы можете использовать различные стратегии (способы), но без применения физической силы.

Обсуждение достигнутых результатов и способов их достижения:

– Кому удалось уговорить поменяться местами?

– Чем было важно достижение этой цели? Это была ваша цель?

– Что вы чувствовали, когда получилось или не получилось?

– Что вы делали для достижения результата?

### Упражнение «Дотянись до звезд»

Цель: Создание условий для формирования мечты и целей, для снижения эмоционального напряжения.

Упражнение выполняется под медитативную музыку. Участники стоят в кругу и получают инструкцию: “Закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Представьте себе, что над вами ночное небо, усеянное звездами. Посмотрите на какую-нибудь особенно яркую звезду, которая связывается у вас с мечтой, желанием или целью. Дайте ей название. Теперь протяните руки к небу и постарайтесь дотянуться до звезды. Старайтесь изо всех сил. А теперь сорвите ее с неба и положите в карман. Можно сорвать несколько звезд”.

По окончании участникам предлагаю рассказать:

- Трудно ли было достать свою мечту.
- Какие чувства возникли, когда она оказалась в кармане?

Так и в жизни, когда мы достигаем желаемого, нам хорошо, мы чувствуем себя счастливыми.

У ребят могут быть и “звездные” мечты, и приземленные, касающиеся простых земных благ. Нужно сказать, что мечтать можно о чем угодно, о полете в космос и о велосипеде, самое главное, чтобы у человека сохранялась эта способность, ведь мечты подвигают нас к действию, а достижение мечты, которая переросла в цель, приносит нам радость и уверенность в себе. Так что мечтайте и ставьте цели на здоровье!

## Приложение 2

### 1. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА ПОВЫШЕНИЕ САМООЦЕНКИ

#### **Позитивные мысли**

*Цель:* развитие осознания сильных сторон своей личности.

Участникам по кругу предлагается дополнить фразу «Я горжусь собой за то...». Не следует удивляться, если некоторым обучающимся будет сложно говорить о себе позитивно. Необходимо создать атмосферу помогающую, стимулирующую ребят к такому разговору.

После того как каждый участник выступит, проводится групповая дискуссия. Вопросы для дискуссии могут быть следующими: Важно ли знать, что ты можешь хорошо делать, а чего не можешь? Где безопасно говорить о таких вещах? Надо ли преуспевать во всем? Какими способами другие могут побудить тебя к благоприятному самовосприятию? Какими способами ты можешь сделать это сам? Такие дискуссии дают учащимся хороший повод для того, чтобы оценить свои способности и скрытые возможности. Они начинают понимать, что даже у самых «сильных» учеников есть свои слабости. А свои достоинства есть и у наиболее «слабых». Такая установка приводит к развитию более благоприятного самоощущения.

#### **Школьные дела**

*Цель:* развивать позитивное отношение к школьной жизни.

Учеников просят по очереди высказываться по поводу, каких-либо конкретных фактов из их школьной жизни. Можно задать вопрос типа: «Я бы хотела, чтобы ты рассказал о тех своих школьных делах, которыми ты доволен. Пожалуйста, начни свой ответ так: «Я доволен тем, что...»»

Те, кто не уверен в собственных силах, слыша ответы ребят, начинают осознавать, что они слишком строги к себе, не признавая те или иные свои успехи.

Продолжительность упражнения 30-40 минут.

#### **Я в своих глазах, я в глазах окружающих**

*Цель:* развитие позитивного отношения к себе путем получения обратной связи.

В этом упражнении участники группы составляют два кратких личностных описания, каждое на отдельном листе бумаги. На первом листе – описание того, каким видит себя сам обучающийся. Описание должно быть как можно более точным. На втором – описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие. Листки не подписываются. Описания, «Каким я вижу себя сам» кладутся в отдельную коробку. Каждое самописание зачитывается вслух, и участники пытаются отгадать, кому оно принадлежит. Затем автор заявляет о себе, читает второе свое описание (описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие) и получает после этого обратную связь от участников группы. Ценность этого упражнения заключается в том, что ученик обнаруживает, что другие относятся к нему лучше, чем он сам. Продолжительность упражнения 50 минут.

### **Воображение успеха**

*Цель:* развитие умения использовать воображение для улучшения самовосприятия.

Участников просят представить себе, как бы они хотели заново проявить себя в тех ситуациях, которые в прошлом оказались для них неудачными. На этой стадии акцентируется внимание на понятии «позитивное мышление». Контролируя возникающие у нас мысли, мы способны убедить себя в том, что мы можем, если захотим, стать лучше, чем мы есть сейчас. То, как мы себя воспринимаем, имеет большое значение, и мы можем стать именно такими, какими, по нашему убеждению, в состоянии стать.

Продолжительность упражнения 30 минут.

### **Поделись успехом**

*Цель:* повысить самооценку обучающегося.

Предложите участникам поделиться своими успехами за день. Для некоторых это может быть сложно. Но, послушав более активных участников, они поймут, что все не так плохо, и им есть чем гордиться.

### **Афоризмы**

*Цель:* учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Упражнение проводится в форме групповой дискуссии, основой которой являются высказывания великих людей. Анализируя такого рода высказывания, участники игры могут прийти к осознанию огромных возможностей, которыми они обладают, чтобы направить свои мысли в нужное для саморазвития русло. Ниже приводится список возможных афоризмов, который по усмотрению психолога может быть дополнен или изменен.

\* Единственное искусство быть счастливым – сознавать, что счастье твое в твоих руках (Ж.-Ж. Руссо).

\* Кто сам считает себя несчастным, тот становится несчастным (Сенека).

\* Кто не стремится, тот и не достигает; кто не дерзает, тот и не получает (В. Г. Белинский).

\* Уверовав в то, чем мы можем стать, мы определяем то, чем мы станем (М. де Монтень).

\* Никогда не ошибается тот, кто ничего не делает. Не бойтесь ошибаться, бойтесь повторять ошибки (Т. Рузвельт).

\* И после плохого урожая нужно сеять (Сенека).

\* Каждый человек стоит ровно столько, во сколько он себя оценивает (Ф. Рабле).

\* Один видит в луже только лужу, а другой, глядя в лужу, видит звезды (Неизвестный автор).

\* Для того чтобы избежать критики, надо ничего не делать, ничего не говорить и никем не быть (Э.Хаббарт).

\* Когда человек перестает верить в себя, он начинает верить в счастливый случай (Э Хови).

\* Верьте в свой успех. Верьте в него твердо, и тогда вы сделаете то, что необходимо для достижения успеха (Д. Карнеги).

\* Испробуй все возможности. Всегда важно знать, что ты сделал все, что мог (Ч. Диккенс).

\* Если ты не знаешь, в какую гавань держишь путь, то ни один ветер не будет тебе попутным (Сенека).

### **Еженедельный отчет**

*Цель:* развитие возможности анализировать и регулировать свою повседневную жизнь.

Каждому участнику выдается листок бумаги со следующими вопросами:

1. Какое главное событие этой недели?
2. Кого тебе удалось лучше узнать на этой неделе?
3. Что важного ты узнал о себе на этой неделе?
4. Внес ли ты какие-либо серьезные изменения в свою жизнь за эту неделю?
5. Чем эта неделя могла бы быть лучше для тебя?
6. Выдели три важных решения, сделанные тобой на этой неделе. Каковы результаты этих решений?
7. Строил ли ты на этой неделе планы по поводу каких-то будущих событий?
8. Какие незаконченные дела остались у тебя на прошлой неделе?

Затем происходит коллективное обсуждение. Ребята делятся своими успехами, анализируют свои неудачи и коллективно ищут пути улучшения ситуации в будущем. В итоге, проводя такие еженедельные наблюдения, подросток начинает лучше понимать самого себя, анализировать свои поступки.

### **Волшебные очки**

Взрослый торжественно объявляет, что у него есть волшебные очки, в которые можно разглядеть только хорошее, что есть в человеке, даже то, что человек иногда прячет от всех. "Вот я сейчас примерю эти очки... Ой, какие вы все красивые, веселые, умные!" Подходя к каждому ребенку, взрослый называет какое-либо его достоинство (кто-то хорошо рисует, у кого-то новая кукла, кто-то хорошо застилает свою кровать). "А теперь пусть каждый из вас примерит очки, посмотрит на других и постарается увидеть как можно больше хорошего в каждом. Может быть, даже то, чего раньше не замечал". Дети по очереди надевают волшебные очки и называют достоинства своих товарищей. В случае если кто-то затрудняется, можно помочь ему и подсказать какое-либо достоинство его товарища. Повторения здесь не страшны, хотя по возможности желательно расширять круг хороших качеств.

### **Я справлюсь**

Ведущий предлагает детям различные ситуации. Тот, кто считает, что сможет справиться с ситуацией, поднимает обе руки вверх, а кто не знает выхода, прячет руки за спину. Обсуждение. Дети рассказывают, как будут себя вести. Если предложенный вариант одобряет большинство детей, то следует положить фишку в коробочку "Я справился".

### **Я сильный**

Ведущий предлагает детям проверить, как слова и мысли влияют на состояние человека. Он подходит по очереди к каждому ребёнку и просит его вытянуть вперёд руку. Затем он старается опустить руку ребёнка вниз, нажимая на неё сверху. Ребёнок должен удерживать руку, говоря при этом вслух: "Я сильный!". Постарайтесь подвести детей к выводу о том, что поддерживающие слова помогают нам справиться с трудностями и побеждать.

### **Похвалилки**

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие или



поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами «Однажды я...» Например: «Однажды я помог товарищу в школе» или «Однажды я быстро выполнил домашнее задание» и т.п. На обдумывание задания дается 2—3 минуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он здорово выполнил именно то, что указано в его карточке. После того как все дети выскажутся, взрослый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они это сделают сами. В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

### **За что меня любит мама**

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама. Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил то, что сказали другие. При затруднении дети могут ему помочь. После этого нужно обсудить с детьми, приятно ли им было, что другие дети запомнили эту информацию. Дети обычно сами делают вывод, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

## **Приложение 3**

### **1. КРУГЛЫЙ СТОЛ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА «Я В ОТВЕТЕ ЗА СВОИ ПОСТУПКИ»**

**Цель:** формирование ответственности за себя, свои действия.

**Задачи:**

- формировать навыки принятия решения, умений противостоять давлению, побуждающему к правонарушениям;
- способствовать выработке у учащейся молодежи защитных личных качеств: уверенности в себе, умения устанавливать и поддерживать

гармоничные отношения, принимать решения, преодолевать кризисные ситуации.

- обучать владению психотехники медиативного упражнения.
- способствовать созданию атмосферы доброжелательности и доверия среди участников **тренинга** через игровое взаимодействие с собой и другими.

Продолжительность **тренинга**: 60 минут.

Методика проведения упражнений:

- Групповая дискуссия;
- Кооперативное обучение;
- Психогимнастика

Средства, необходимые для проведения мероприятия:

- карточки
- чистые листы А 4;
- ручки;
- компьютер;
- памятки.

**Тренинг** проходит с компьютерным сопровождением.

### 1. Притча

Давным-давно, тысячи лет назад на Земле появились люди.

Одновременно с ними появились Главные вопросы: Что люди могут делать и чего не могут?

Что они обязаны делать и чего не обязаны?

На что они имеют право и на что не имеют?

Появилось два государства: Можно и Нельзя. Они жили по разным законам. В государстве Можно всё было разрешено: хочешь воровать – воруй, хочешь убивать – убивай, хочешь оскорблять человека – пожалуйста, всё можно.

В государстве Нельзя жители жили совсем иначе. Там нельзя было убивать, грабить, нельзя грубить друг другу.

Государства **постоянно** враждовали между собой. И вот настал день решающей битвы. Сражение выиграло государство Можно. Оно захватило половину государства Нельзя и установило там **свои порядки**. Нетрудно догадаться, что тут началось!

В городах и сёлах бывшего государства Нельзя стали воровать, незаконно убивать друг друга, на дорогах хозяйничали разбойники. **Постепенно** государство Можно пришло в упадок. И тогда правители государства Можно под нажимом людей попросили помощи у государства Нельзя. Долго совещались правители двух государств и пришли к решению объединиться и создать новое государство Законом. В государстве установился порядок, а все жители стали довольны и счастливы.

Как вы думаете, почему страна стала процветающей, счастливы её жители, они чувствуют себя в безопасности?

- Жители стали жить по законам.

- Если люди уважают права других людей, выполняют **свои обязанности**, значит, они чувствуют себя в безопасности. Но когда свобода одних нарушает интересы и права других, в обществе утверждаются беззаконие, беспорядок, несправедливость!

В конце концов людям удалось решить Главные Вопросы, появился закон и на свет появилась Всеобщая декларация прав человека.

- Как вы думаете, о чем пойдет речь на нашем сегодняшнем занятии?

- Сегодня мы будем говорить о «*можно*» и «*нельзя*». Тема нашей встречи «*Я в ответе за свои поступки*».

## 2. Новая информация

Ежегодно подростками совершается более 145 тыс. преступлений, практически каждый пятый из них направляется для отбывания наказания в виде лишения свободы в воспитательные колонии (*ВК*). Давайте с вами вспомним некоторые понятия.

- Кто же считается подростком?

Уголовное законодательство несовершеннолетними признает лиц, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14 лет, но не исполнилось 18 лет. Причем, считается, что лицо достигло определенного возраста не в день рождения, а со следующих суток. Основание привлечения несовершеннолетних к уголовной **ответственности такое же**, как и основание привлечения взрослого человека - совершенное преступление.

Эпиграфом к нашему занятию взяты слова Л. Н. Толстого (*на экране*): «Один из самых обычных и ведущих к самым большим бедствиям соблазнов, есть соблазн словами *«Все так делают»*».

Тема *«преступление и подросток»* актуальна на сегодняшний день, так как, к сожалению, не каждый подросток осознает о совершаемых им противоправных деяниях, которые ведут к тяжелым и трудно исправимым последствиям.

Уже в раннем возрасте некоторые подростки, сами того не ведая, совершают такие **поступки**, по которым мы можем сказать, что они начинают протаптывать тропинку к высокому забору с орнаментом из колючей проволоки. Попробуйте назвать эти **поступки**. (По каким **поступкам мы можем сказать**, что эти ребята могут нарушить закон)

- плохо учатся, а потом бросают школу;
- курят и выпивают;
- грубят сверстникам и взрослым;
- унижают маленьких и слабых;
- лгут, иногда даже без причины;
- стараются выяснять отношения с помощью силы;
- играют в карты на деньги;
- разрисовывают стены;
- портят школьное имущество.

Если человек сразу не встанет на путь исправления, то в дальнейшем его **поступки** будут носить более тяжелый характер, и он должен будет **ответить за них**, т. е. понести наказание.

Обратите внимание на слова Л. Н. Толстого. Действительно ли «*Все так делают*»? Почему, казалось бы, невинные шалости превращаются в правонарушения? (Подростки не осознают, что нарушают закон и за этим последует наказание.)

- А что такое правонарушение?

*(Определения на экране)*

- Разберем эти определения.

**ПРОСТУПОК** – это нарушение правил поведения; вызывающее поведение.

**ПРАВОНАРУШЕНИЕ** – это общественное деяние, причиняющее вред обществу, запрещенное законом и влекущее наказание.

**ПРЕСТУПЛЕНИЕ** – это общественно-опасное, противоправное, виновное деяние дееспособного лица, за которое **предусмотрено уголовное наказание**.

Предлагаю вам поиграть в игру «*Проступок. Правонарушение. Преступление*». У вас на **столах лежат синие**, желтые и красные карточки. Я зачитываю ситуацию, а вы определяете, что это – проступок, правонарушение или преступление. Проступок – синяя карточка, правонарушение – желтая, преступление – красная.

## 2.1. Игра. Проверка новых знаний

### Ситуация 1.

- Лиза и Ирина решили после школы отправиться в парк. Когда они туда пришли, там была группа мальчишек, которые сказали девочкам, что они вторглись на их территорию, что здесь им гулять нельзя, и если Лиза и Ирина не уйдут, то им придется плохо.

- Что это – проступок, правонарушение или преступление?

Дети поднимают карточки.

- Объясните, почему это проступок.

- Мальчики не нарушили закон, т. е. не совершили правонарушение или преступление, их действие можно расценивать как проступок.

- Есть ли у девочек выбор?

- Они могут сказать, что не будут мешать, просто погуляют и уйдут. Если ребята будут вести себя агрессивно, то лучше уйти, не идти с ними на конфликт.

- Должны ли Лиза и Ирина рассказать кому-нибудь о случившемся?

- Да, родителям, старшим братьям, участковому.

Ситуация 2.

Татьяна одна вечером возвращалась после волейбольной секции. К ней подошла группа подростков, её окружили, вырвали из рук сумочку, сорвали с неё золотую цепочку. Подростки пригрозили ей, что если она кому-нибудь расскажет о случившемся, то они её найдут и разберутся с ней.

Дети поднимают карточки.

- Это преступление.

- Назовите, какое именно преступление.

- Кража/грабеж.

- В чем различие между кражей и грабежом?

- Грабеж – это открытое хищение чужого имущества, а кража – это тайное хищение чужого имущества.

- Как должна **поступить** в этом случае Татьяна?

- Незамедлительно рассказать родителям и заявить в полицию.

По «горячим следам» найти преступников легче, чем спустя день-два. Был ли шанс у Татьяны избежать данной ситуации?

- Татьяне нужно было идти вместе с подружками или попросить кого-нибудь из родственников встретить её.

Ситуация 3.

Группа ребят из 9 класса вела себя вызывающе: они сквернословили, награждали **своих** одноклассников и учителей обидными кличками, курили в туалете, затевали драки.

Дети поднимают карточки.

- Это правонарушение.

- Какое наказание грозит этим подросткам?

- Их могут **поставить** на внутришкольный учет, если ребятам не исполнилось ещё 16 лет, то за курение родители должны заплатить штраф.

Ситуация 4.

Вечером на школьной дискотеке от Димы пахло алкоголем, это заметил учитель физкультуры, когда Дима, шатаясь, шел по коридору.

Дети поднимают карточки.

- Это правонарушение. Дима находился в общественном месте в состоянии алкогольного опьянения.

Ситуация 5.

В школе прозвенел последний звонок. Ученики 9 класса, решив оставить после себя память для школы, выйдя на улицу краской из баллончика написали на стене школы: «2013 год. 9 класс – мы лучшие.»

Дети поднимают карточки.

- Это преступление.

- Что такое **ответственность**?

**Ответственность - необходимость, обязанность отвечать за свои действия, поступки, быть ответственным за них.**

- Какие виды **ответственности вы знаете?** (*Ответы детей*)

Существует 4 вида юридической **ответственности при нарушениях**:

1. Уголовная **ответственность** – **ответственность** за нарушение законов, **предусмотренных Уголовным кодексом.**

Преступление **предусмотренное** уголовным законом общественно опасное, посягающее на общественный строй, собственность, личность, права и свободы граждан, общественный порядок. (убийство, грабёж, изнасилование, оскорбления, мелкие хищения, хулиганство). За злостное хулиганство, кражу, изнасилование уголовная **ответственность наступает с 14 лет.**

2. Административная **ответственность** применяется за нарушения, **предусмотренные** кодексом об административных правонарушениях. К административным нарушениям относятся: нарушение

правил дорожного движения, нарушение противопожарной безопасности. За административные правонарушения к **ответственности** привлекаются с 16 лет. Наказание: штраф, предупреждение, исправительные работы.

3. Дисциплинарная **ответственность** – это нарушение трудовых обязанностей, т. е. нарушение трудового законодательства, к примеру: опоздание на работу, прогул без уважительной причины.

4. Гражданско–правовая **ответственность** регулирует имущественные отношения. Наказания к правонарушителю: возмещение вреда, уплата ущерба.

### 3. Проверка полученных знаний

Определите виды юридической **ответственности** при **рассмотрении различных нарушений**. Установите соответствие.

**Виды ответственности:**

А – административная **ответственность**.

Г – гражданско-правовая.

У – уголовная.

Д – дисциплинарная

Виды нарушений:

1. Порвал учебник (Г)

2. Появление подростка на улице в нетрезвом виде (А)

3. Избил одноклассника (У)

4. Совершил кражу мобильного телефона. (У)

5. Совершил прогул в школе (Д)

6. Переходил дорогу в неположенном месте. (А)

7. Испортили мебель в учебном заведении. (Г)

8. Нецензурно выражался в общественном месте. (А)

4. Беседа

Ребята, а как вы думаете, вправе ли представитель закона задержать вас на улице в позднее время? И почему? (*Ребята высказываются, приводят примеры*).



Конечно, они беспокоятся о вашем здоровье, о вашей жизни.

А как надо себя при этом вести вам: вырываться, кричать, убегать? (*ребята говорят*).

Во-первых, **отвечать** спокойно на вопросы милиционера, не бояться, не говорить неправду. Например: вы с друзьями поздно возвращаетесь с **тренировки...**

Во-вторых, вы можете сообщить представителям закона номер телефона родителей или позвоните им сами.

-А за какие правонарушения вас могут доставить в милицию?

Правильно:

1. Нарушение правил дорожного движения
2. Распитие спиртных напитков и пива в общественных местах (*т. е. любое место за пределами твоей квартиры*) и появление в пьяном виде.
3. Мелкое хулиганство (*драка, злословие и т. д.*).
4. Незаконная продажа.
5. Злостное неповиновение.
5. Мозговой штурм

Сейчас вы поработаете в **свои** группах и попробуйте составить ряд причин **ПОЧЕМУ** подростки совершают правонарушения. Выберите человека и представьте свою работу. А теперь давайте посмотрим ряд причин, которые я для вас приготовила:

1. Доказать, что ты не трус.
2. Нехватка денег в семье.
3. Выделиться среди остальных.
4. Покрасоваться перед девчонкой (*например, побить кого-то*).
5. Легкая нажива.
6. Моральная неустойчивость.
7. Плохая компания.
8. Употребление алкоголя и наркотиков.
9. Любопытство.

10. Спор.
11. Задолжал денег кому-то.
12. Желание быть не хуже других (*иметь телефон и т. д.*).
13. Гнев и раздражение.
14. Собственные неудачи.
15. Зависть.
16. Скука.
17. Давление старших.
18. Низкая самооценка
19. Самоутверждение.
20. Любовь к приключениям.

#### 6. Работа над новыми ситуациями

Игра «Судья» (*прослушать ситуацию, найти статью УК и огласить приговор*)

Ложный звонок

Ситуация 1. В класс вбегает ученик:

– Сейчас бомба взорвется, по телефону позвонили, все бежим из школы!

Судья – ученик зачитывает. Заведомо ложное сообщение об акте терроризма. Заведомо ложное сообщение о готовящихся взрыве или поджоге, создающих опасность гибели людей—наказывается штрафом, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо арестом на срок от трех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до трех лет.

- Оказывается, это вовсе не шутка, избавляющая от очередной контрольной, а статья УК, предусматривающая конкретное наказание!

Тоже самое можно сказать и о ложных вызовах пожарных (сейчас часто по вечерам срабатывает сигнализация в школе из-за того, что кто-то просто развлекается. А ведь может случиться так, что при настоящем пожаре уже никто не поверит прозвучавшему сигналу и это приведет к большой трагедии, ложных вызовов скорой помощи, милиции.

## Ситуация 2: Нанесение побоев

К «сообщившему о теракте» подходит ученик и бьет его учебником по голове, «сообщивший» падает, встает, держась за голову, стонет, дает сдачи, начинается драка.

Судья – ученик зачитывает: Нанесение побоев или иные насильственные действия, но не повлекшие расстройства здоровья, наказываются штрафом в размере до 100 Минимальных Размеров Оплаты Труда или арестом до трех месяцев.

- Обычная драка вполне может быть **рассмотрена как - побой**.

- Это нас-то, маленьких! Какой с нас штраф? - может **ответить ученик**

- В этом случае действует Гражданский кодекс: **ответственность за вред**, нанесенный несовершеннолетним, лежит на его родителях или лицах, их заменяющих, которые в полной мере расплачиваются (*и в прямом, и в переносном смысле*) за действия своего чада. Например, оплата медицинской помощи.

## Ситуация 3: Порча чужого имущества

На перемене:

- Дай телефон, музыку послушать, а то скучища!

- Не дам, он новый, только вчера купили.

- Ах, тебе жалко! Ну, у меня нет, и у тебя не будет. Выбрасывает телефон.

Судья – ученик зачитывает: умышленное уничтожение или повреждение чужого имущества наказывается штрафом от 50 до 100 Минимальных Размеров Оплаты Труда, либо лишением свободы сроком до пяти лет.

-Если говорить о вреде, то причинен он может быть не только человеку, но и его имуществу. А ГК предписывает еще и возмещение материального ущерба в полном объеме лицом, причинившим вред. Причинение вреда бывает и неумышленное (по-нашему, это «*Я ведь ненарочно!*»), но это штраф до 200 Минимальных Размеров Оплаты Труда, либо лишение свободы до двух лет.

## Ситуация 4. Угроза «болтовней»

В классе идет спор двух учащихся:

–. Еще раз прицепишься убью. Знаешь, сколько у меня друзей? Мне стоит только им пожаловаться – и тебе не жить.

Судья – ученик зачитывает: угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью наказывається штрафом или лишением свободы сроком до двух лет.

Оскорбление

Ситуация 5: Две девочки в классе ссорятся:

– А ты дылда!

– А ты сама Гадина!

Судья – ученик зачитывает: оскорбление - штраф в размере до 100 Минимальных Размеров Оплаты Труда, либо исправительные работы на 6 – 12 месяцев.

Ситуация 6. Осквернение зданий и транспорта

В класс вбегают мальчишки:

– А «Спартак» выиграл, а никто не знает!

– Давай на стене напишем, чтоб завтра утром все увидели!

– Клево, вот люди порадуются!

– Давай на стене маркером, чтоб лучше видно было!

Судья – ученик зачитывает: вандализм - осквернение зданий и сооружений, порча имущества на общественном транспорте или в иных общественных местах - штраф от 50 до 100 Минимальных Размеров Оплаты Труда и возмещение ущерба.

- Каждый день, заходя в школу, мы видим следы пребывания наших детей. Разрисованные стены, сломанные двери, исписанные и исцарапанные парты. А знают ли детишки, что действия их попадают под статью?

- А так как гуляют детки компаниями, следовательно, и шалят компаниями (в одиночку-то страшно, то следует им знать, что совершение преступлений группой лиц - влечет более строгое наказание.

К несовершеннолетним применяются следующие виды наказаний:

штраф;

лишение права заниматься определенной деятельностью;

обязательные работы;

исправительные работы;

арест;

лишение свободы на определенный срок.

4. Вывод. Всегда надо помнить о том, что за совершенные **поступки надо отвечать**. Ребята, я считаю, что главной причиной всех правонарушений является неуважение к закону.

Ни один человек в нашем обществе не может отступать от требований правовых норм. В противном случае в действие вступает уголовный кодекс. Так давайте уважать, ценить закон на нашей земле и тогда у вас в жизни не будет проблем.

#### 7. Притча

Притча о бабочке.

В древности жил-был один мудрец, к которому люди приходили за советом. Всем он помогал, люди ему доверяли и очень уважали его возраст, жизненный опыт и мудрость. И вот однажды один завистливый человек решил опозорить мудреца в присутствии многих людей. Завистник и хитрец придумал целый план, как это сделать: “Я поймаю бабочку и в закрытых ладонях принесу мудрецу, потом спрошу его, как он думает, живая у меня в руках бабочка или мертвая. Если мудрец скажет, что живая, я сомкну плотно ладони, раздавлю бабочку и, раскрыв руки, скажу, что наш великий мудрец ошибся. Если мудрец скажет, что бабочка мертвая, я распахну ладони, бабочка вылетит живая и невредимая и скажу, что наш великий мудрец ошибся”. Так и сделал завистник, поймал бабочку и пошел к мудрецу. Когда он спросил мудреца, какая у него в ладонях бабочка, мудрец **ответил**: “Все в твоих руках”.

Вывод: каждый человек, сделав свой выбор, сам определяет свою судьбу.

## Приложение 4

### 1. ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА СПЛОЧЕНИЕ ГРУППЫ

#### Круг знакомств

Цель: дать каждому участнику занятий возможность предъявить себя группе, выразить свою индивидуальность в максимально защищенной, шутливо-ироничной ситуации, а главное — сделать это без слов, на языке тела, который во многом выразительнее и заразительнее словесных рассуждений.

Ход упражнения: Все становятся в широкий круг, и ведущий одновременно показывает и рассказывает правила игры, которая состоит из пяти шагов:

1. Один из игроков делает шаг к центру круга.
2. Называет свое имя или псевдоним, которым он (она) хотел(а) бы называться в этой группе.
3. Демонстрирует какие-то движения и жесты приветствия остальным.
4. Назвав и показав себя, игрок делает шаг назад, возвращаясь на прежнее место в круг.
5. Все остальные игроки по возможности точно повторяют названное имя, стараясь имитировать и интонацию, и показанное движение. После этого всю процедуру повторяет следующий стоящий рядом игрок, за ним следующий и так до конца круга. При анализе мысли детей направляются в сторону расшифровки невербального сообщения лишь в том случае, если ведущий даст такую установку. Правда, обязательно следует оговорить, что некоторые жесты вообще ничего не выражают, а просто приятны, забавны, необычны.

#### Испорченный видеомаягнитофон

Цель: передача эмоций, чувств по кругу с помощью мимики и жестов.

Ход упражнения: Группа сидит в кругу с закрытыми глазами. Кто-то, прикасаясь к соседу (допустим, справа), старается этим прикосновением выразить какое-то чувство. «Получивший» это чувство старается передать его дальше по кругу. При этом он не обязательно повторяет то, как к нему прикасался предыдущий партнер. Он своим прикосновением к следующему участнику старается, как можно точнее передать именно то чувство, которое он почувствовал. В конце концов, чувство возвращается к его пославшему. Затем обсуждается, что почувствовал каждый участник, как старался это передать. Обычно такое упражнение создает очень теплую атмосферу между участниками, снимает какие-то барьеры в контакте. И неплохо вводит язык чувств. Участники начинают лучше чувствовать друг друга, а групповое пространство наполняется чувствами «здесь и теперь».

### **Диалог руками**

Цель: развитие умения чувствовать другого человека.

Ход упражнения: Группа разбивается на пары, которые закрывают глаза и пытаются понять состояние друг друга только через прикосновение рук.

Участники работают по двое, причем каждая пара отдельно от остальных. Ведущий предлагает участникам взять в пару человека, которого он меньше всего, как ему кажется, чувствует и понимает. Затем в каждой паре участники садятся друг против друга так, чтобы можно было взять друг друга за руки. Они закрывают глаза. Их задача: с закрытыми глазами, обязательно молча, встретиться друг с другом руками, «познакомиться», потом «поссориться», затем «помириться» и «попрощаться». После 5-7 минут такого общения все снова садятся в круг и обсуждают полученный опыт.

Комментарии: Практически всегда у участников возникает совершенно новое ощущение партнера, которое иногда чувствуется даже глубже и значительнее полученного зрительного и слухового образа. Возникают новые чувства к этому партнеру. Возникает ощущение, что он

теперь более понятен и открыт, появляется ощущение собственной открытости перед ним, чувство близости, даже интимности.

### **Ловля моли**

Цель: вовлечение всех участников группы в работу.

Ход упражнения: Ведущий указывает на одну из участниц игры, представляя ее как «хозяйку, которая пригласила нас в гости. У нее дома развелось много моли. Она пригласила нас для того, чтобы все мы вместе помогли ей избавиться от моли». Далее ведущий предлагает всем участникам группы «убить по 10 штук моли», и первый демонстрирует «убивание моли» хлопками в воздухе, хлопаньем по плечам и головам участников, по вещам в помещении и т. п. Он побуждает всех членов игры принять участие в этом действии.

Ведущий прекращает упражнение с учетом меры вовлеченности всех участников в игру.

### **Изобрази предмет**

Цель: знакомство с приемами общения; развитие базовых коммуникативных умений.

Ход упражнения: Тренер движениями рук и тела и мимикой изображает, как использовать какой-то предмет. Например, он говорит по мобильному телефону, бреется, пристраивает подбородка скрипку, собирает на поляне цветы и т. п., побуждая группу отгадать, что за предмет у него в руках. Отгадавший первым загадывает свой предмет и т. д.

### **Здравствуй!**

Цель: знакомство, вовлечение всех участников группы в работу.

Ход упражнения: Группа садится в круг. Используется мяч для большого тенниса или аналогичный. При отсутствии мяча приемлемы яблоко или апельсин. В некоторых случаях можно использовать завязанный в комок шарф. Тренер ловит взгляд одного из подростков и кидает ему мяч со словами: «Здравствуй! Как тебя зовут?» Далее он дает инструкцию: «Выбери



любого в группе, кто тебе интересен, поймай его взгляд, перекинь ему мячик, поздоровайся».

В какой-то момент перекидывания мяча тренер уточняет инструкцию: «Старайтесь перекинуть мяч тому, кто еще не ловил его».

### **Комплименты**

Цель: знакомство, сплочение группы.

Ход упражнения: Мяч перекидывается так же, но необходимо не поздороваться, а сказать тому, кому вы кидаете мяч, комплимент. И опять-таки, в какой-то момент перекидывания мяча тренер дает дополнительную инструкцию: «Постарайтесь, чтобы каждый из нас получил хотя бы один комплимент».

## **2. ЗАНЯТИЕ-ТРЕНИНГ НА СПЛОЧЕНИЕ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА "КЛАСС ГЛАЗАМИ КАЖДОГО"**

### **Цель:**

- Сплочение классного коллектива.
- Создание благоприятного психологического климата, преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

**Оборудование:** ручки, листы с именами, маркеры, презентация к занятию

*Участники тренинга расположены по кругу.*

**Психолог.** Сегодня на нашем тренинге мы поговорим о нашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Сначала вспомним правила тренинговой работы. Участники высказывают свои правила. Затем показывается слайд презентации, где расписаны правила. Работу начнем с упражнения, которое называется «Мы с тобой похожи тем...»

**1 упражнение. «Мы похожи с тобой тем...»**

Участники делятся на две группы. Одна группа образует внутренний круг, другая – внешний. Все стоят лицом друг к другу. Каждый участник внешнего круга говорит своему напарнику: «Мы с тобой похожи...», после чего стоящие во внутреннем кругу отвечают «Мы с тобой отличаемся тем...» затем делают шаг к новому партнеру. Процедура повторяется до тех пор, пока все не дойдут до своего первого партнера. Рефлексия – чем же вы похожи друг на друга и чем отличаемся?

## **2 упражнение. «Салфетка»**

Каждому дается салфетка, которая сложена несколько раз. Психолог дает команды: Оторвать правый угол, затем нижний левый и т.д. Затем салфетка разворачивается. Нужно постараться найти одинаковые салфетки. Их нет. Подвести детей к мысли, что все мы разные и салфетки разные, но мы все живем в мире и согласии.

## **3 упражнение «Модель идеального класса», «Модель реальной группы»**

Беседа

- Все вы учились в одном классе много лет, некоторые вместе учатся с первого класса. В анкете я задала вам вопросы. Одним из них было оценить психологический климат. В результате ваша средняя оценка – 4. Самая отрицательная оценка – 8. Чем меньше оценка, тем лучше психологическая обстановка в классе.

Вы понимаете друг друга, стараетесь помочь товарищу? Зачем ходят в школу? Во-первых получать знания, во-вторых, пообщаться. Это главные причины. Может так получиться, что из-за того, что не складываются отношения с одноклассниками, не хочется идти в школу. Давайте поговорим о том, какими качествами должна обладать группа, чтобы каждый чувствовал себя хорошо. Нужно назвать черты, благодаря которым в группе всем хорошо. На ватмане нарисован круг, разделенный на 16 частей. Психолог подписывает каждый радиус с внешней стороны круга качества,

необходимые для успешного сотрудничества, взаимодействия в классе, комментирует и уточняет представление подростков о том или ином качестве. В числе названных могут быть следующие: равенство, доброта, взаимопомощь, вежливость, дружба, умение слушать, принятие, эмпатия, альтруизм, уважение, доброжелательность, юмор, свобода высказывания, тактичность, сплоченность и т.д. Каждый радиус окружности ведущий делит на 10 баллов. Это шкала, где откладывается количество баллов, которыми оценивается каждая черта.

Далее ведущий называет качество и группа решает, на сколько баллов оно проявляется в классе. После этого соединяются все точки, в результате чего получается «паутина». Чем ближе она к центру, тем каждому в группе трудней. Чем ближе паутина к краям окружности, тем лучше группа и тем комфортнее каждому.

Дальнейшая работа строится на обсуждении, как улучшить атмосферу класса, какие качества группе надо развивать, какой вклад может внести каждый в улучшение климата группы. Ведущий подводит к тому, чтобы оставаясь собой, каждый работал над своими недостатками. «Мы не можем изменить группу, не изменяя себя».

#### **4 упражнение «Понятия»**

Класс делится на 4 группы. Каждый из первых четыре человек сидящих в кругу говорят, какое качество он ценит в людях, человеке. Затем класс делится по порядку

На листах формат А3 написаны слова **Взаимопомощь, Дружба, Конфликт, Равенство.**

Каждой команде дается по листу ватмана и маркеры. Каждой команде предлагается:

1. Нарисовать эмблему, символ
2. Написать понятие этого слова

3. Девиз, лозунг к этому слову

4. Плюсы и минусы этого понятия

Листы передаются по кругу. В конце лист возвращается первоначальной команде и участники делают презентацию своего понятия, высказываются с чем согласны и с чем не согласны при добавлении другими командами.

### **5 упражнение «Пожелания»**

Участникам раздаются листочки с именами одноклассников. Каждый должен написать пожелания тому, кто указан на листочке. Затем пожелания даются тому, кому они предназначены. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

### **Рефлексия занятия-тренинга**

– Кому, что понравилось, что не понравилось?

– Какие выводы сделали для себя. (*Высказывания каждого участника.*)

### **Ритуал прощания «Подсолнух»**

Все встают в круг, берутся за руки и поднимают их кверху, встав на носочки, как бы дотягиваясь до солнца, к хорошему, к позитивному, к успеху, к совершенству.

## **2. ВЕРЕВОЧНЫЙ КУРС**

«Веревочный курс» - это программа взаимообучения, в которой участники познают всё сами из собственного опыта, согласно своих действий. Главные цели «веревочного курса» - командная работа и лидерство. Но при этом можно добавить, что это даёт: выработку стратегии группой, творческий подход, самовыражение, результативное лидерство, уверенность в себе, решение проблем, преодоление себя.

1 станция «Монстры». Цель: сплочение команды, выбор верной тактики действий. Материалы: две черты, расположенные на расстоянии 10м друг от друга. Условия: все участники команды должны одновременно

пересечь границу обозначенной территории, используя X-точек касания (число участников / на 2, т.е. например, на 10 человек – 5 точек касания: одна рука, одна нога, один используемый предмет – одна точка касания). Упражнение считается выполненным, когда вся команда преодолет заданное расстояние. Варианты выполнения могут быть различными. Это зависит от количества участников (оптимально – 6-7 человек) и их фантазии.

2 станция «Айсберги». Цель: сплочение команды, выбор верной тактики действий, развитие командного мышления. Материалы: листы белой плотной бумаги различной величины и формы, имитирующие айсберги (обычно подбираются так, чтобы на них смогли уместиться от 1 до 3 стопы среднего взрослого, но некоторые делаются размером поменьше для усложнения задания). Участники команды должны перебраться с одного условно обозначенного берега на другой по айсбергам, которые ведущий раскладывает на определенном расстоянии друг от друга. Правила: Если участник команды наступает мимо айсберга («падает в воду»), то он возвращается обратно на берег и начинает свой путь заново. Участники команды начинают выходить на другой берег только когда все остальные члены команды покинули берег отправления и находятся «на айсбергах»; Если один из участников команды прыгает мимо айсберга все, кто уже переправился на другой берег, возвращаются к исходной точке. Ведущий раскладывает айсберги по мере продвижения команды и может регулировать их количество в море, убирая или добавляя их. Упражнение считается выполненным, когда вся группа окажется на «противоположном берегу».

3 станция «Машина». Вспомогательного материала нет. «Машина» строиться из членов группы. Необходимо построить любой действующий механизм, при чем все члены группы должны быть в нем задействованы. 10 минут дается на обсуждение задания, 10 минут на постройку модели машины, при этом все члены группы должны сохранять молчание. Затем идет представление моделей действующих механизмов.

4 станция «Горящая земля». Группе предлагается за ограниченное количество времени так расположиться на земле (полу), что бы на ней оказалось как можно меньше ног участников группы (на время).

5 станция «Бесконечное кольцо». Вся группа берётся за руки. На руке классного руководителя висит верёвочное кольцо. Не разрывая рук все должны пролезть сквозь него (по кругу) и вернуть кольцо обратно (на время).

6 станция «Взятие крепости». На деревьях развешаны воздушные шары. Задача попасть в них маленьким мячиком. Дается 10 попыток. За одно попадание – 1 очко.

7 станция «Поиск сокровищ». По маршруту, начерченному на листе, команда должна найти раннее спрятанный клад.

8 станция «Башня». Группе предлагается за ограниченное количество времени построить самую высокую башню из членов команды.

9 станция «Муравьиная тропа». Группа разбивается на две части и встаёт на длинную доску по обе стороны от середины. Задача – двум подгруппам поменяться местами. Если кто-то наступил на землю, упражнение начинается с начала (на время).

10 станция «Песенная». Группе предлагается разместиться в большом кругу и спеть 1 куплет любой песни, затем нужно разместиться в меньшем кругу и спеть 1 куплет другой песни, затем разместиться в маленьком кругу и спеть 1 куплет следующей песни (на время, на участие всех членов команды).

11 станция «Чёрный ящик». Группе предлагается за ограниченное количество времени угадать, что лежит в чёрном ящике. Команда получает право задать 10 вопросов, на которые ведущий отвечает лишь «ДА» или «НЕТ».

12 станция «Ловкость». Группе предлагается за ограниченное количество времени попасть мячом в обруч, подвешенный на дереве. Бросает мяч каждый участник команды (время, количество попаданий).

13 станция «Паутина». Между деревьями натянуты верёвки в виде паутины. Расстояние между деревьями – 2,5 метра. Верхняя верёвка – на

высоте 1,5 метра над землёй. Нижняя – на высоте 0,3 метра. Ячейки «паутины» такие, чтобы в них можно было каким-то образом пролезть участнику. Число ячеек на два – три меньше числа участников. Группа находится по одну сторону «паутины». Задание: пролезть всей группе сквозь «паутину». Ограничения: обходить паутину нельзя, касаться паутины нельзя, под паутиной пролезть могут только 2 участника

14 станция «Обрыв». Вся группа встаёт в шеренгу на бревно, скамейку (шириной 20 см и длиной 7-8 м). Задание: Начиная с первого человека, команда переправляется на противоположный конец бревна. В результате должна получиться та же линия, в том же порядке. Ограничения: при касании земли любым участником упражнение выполняется всей группой с начала (на время).

15 станция «Гусеница». Участники встают в колонну друг за другом. Каждый участник ставит ноги на ширине плеч и подаёт правую руку между ними стоящему позади, при этом левой рукой берёт правую руку стоящего впереди. Задание: пройти в таком положении 10 метров (на время).

## **Приложение 5**

### **ТРЕНИНГ «Я ЛИДЕР»**

#### **Цели тренинга:**

1. Раскрытие личностного потенциала участников группы.
2. Формирование представлений о лидерстве, осознание и проявление своих сильных сторон.

#### **Задачи тренинга:**

1. Формирование взаимопонимания и чувства ответственности по отношению друг к другу.
2. Формирование навыков понимания друг друга.
3. Приобретение навыков принятия ответственности друг за друга.

4. Выявление и развитие представлений о лидерстве.

5. Приобретение навыков планирования деятельности и организации работы в команде.

**Материалы и оборудование:** ватман, карандаши, фломастеры, клей, журналы и газеты, свеча, ножницы, листы А4, карточки с ролями, бланки с тестами.

**Время проведения:** 1 час.

### **1. Упражнение «Аквариум»**

Цель: формирование положительного благоприятного климата в группе.

Материалы: ватман, карандаши (фломастеры), клей, листы А4, ножницы.

Время: 5-10 мин.

Ход упражнения:

Участникам группы раздаются листы, ножницы, фломастеры. В течение 15 - 20 минут они должны решить, рыбкой какой породы они будут на данном занятии, нарисовать, вырезать, раскрасить рыбку, написать на ней имя участника, породу рыбки.

На следующем этапе каждый из участников должен прикрепить свою рыбку на стену (лист ватмана), которая является образом аквариума. В какое место приклеить рыбку – каждый решает сам (кто-то поглубже, кто-то у поверхности), кто-то в водорослях, кто-то среди камней. Так же участники должны назвать своё имя и рассказать, что эта рыба ищет в аквариуме, как представляет своё существование среди других рыб.

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?

2. Возникали ли у вас затруднения при рассказе?

3. Какие чувства вы при этом испытывали?

### **2. Упражнение «Я рад тебя видеть...»**



Цель: определение положительных сторон участников.

Время: 5 мин.

Материалы: нет.

Ход упражнения:

Каждый из участников обращается к своему соседу со словами: «Я рад тебя видеть, потому что...». Продолжить это высказывание нужно не внешними описаниями человека, а личностными качествами участников.

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять упражнение?
2. Какие чувства вы испытывали, когда к вам обращался ваш сосед?
3. Что вы испытывали, когда вам нужно было обратиться к другому человеку со словами «Я рад тебя видеть...»?
4. Легко ли вам было определить, почему вы рады видеть своего соседа?
5. Часто ли вам в жизни приходится говорить людям комплименты?

### **3. Упражнение «Лидерская удочка»**

Цель: знакомство с участниками.

Материалы: таблица к упражнению.

Ты знаешь какой-нибудь фокус?	Ты можешь вспомнить 10 мультгероев?	У тебя много друзей?	Твоя семья состоит из 4 человек?	Ты летал на самолете?
Твое имя упоминалось в газете?	Ты обожаешь косметику?	Ты был на крыше своей?	Ты посещаешь какой-нибудь	Ты гордишься собой?

		школы?	кружок?	
Ты боишься темноты?	Ты любишь математику?	ТВОЕ ИМЯ	У тебя русское имя?	Ты любишь быть первым?
Ты играешь в шахматы?	Ты любишь поп-музыку?	Ты любишь больше работать в группе, а не один?	Ты знаешь слова Российского гимна?	У тебя есть велосипед?
Ты мечтаешь побывать за границей?	Ты умеешь жарить картошку?	Ты разбивал стекло мячом?	У тебя есть родственники в городе?	Ты отдыхал в лагере?

#### 4. «Лидер это – »

Цель: выявление лидерских качеств.

Материалы: листы бумаги, маркеры, карандаши, газеты, журналы, ножницы, клей.

Цель: освоить активный стиль общения и развить в группе отношения партнерства.

**Время:** 10 мин.

Ход упражнения:

В течение 10 минут необходимо подготовить коллаж с использованием газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах на тему «Лидер – это».

Представление работ.

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять данное упражнение?
2. Какие чувства вы испытывали, выполняя данное задание?
3. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении задания?
4. Как вы считаете кто такой лидер?

ИТАК, ЛИДЕР – ЭТО...

Вот несколько мнений, прозвучавших на одном из тренингов в ответ на вопрос: «Кто такой лидер, кого мы можем назвать лидером?»

Итак, лидер – это: прежде всего – доминантная личность; тот, за кем хочется идти;

-имеющий максимально большое влияние на окружение;

-человек, способный преобразовать ситуацию на пользу себе и другим;

-тот, чьи качества управленца, администратора, организатора проявлены в большей, чем у других, степени.

