



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

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

Формирование самооценки детей среднего дошкольного возраста

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Дошкольное образование»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

83 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

«13» июня 2024 г.

зав. кафедрой ПИПД

О.Г. Филиппова

Выполнила:

Студент группы ЗФ-502-264-5-1

Суюшева Анастасия Николаевна

Научный руководитель:

к. п. н., доцент кафедры ПИПД

Иванова Ирина Юрьевна

Челябинск

2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	8
1.1 Анализ проблем формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе...8	
1.2 Особенности формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста.....	13
1.3 Психолого-педагогические условия формирования самооценки детей среднего дошкольного возраст.....	20
Выводы по первой главе	30
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	32
2.1 Методы изучения самооценки у детей среднего дошкольного возраста и анализ результатов исследования.....	32
2.2 Коррекционно-развивающая программа по формированию положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.....	38
2.3 Оценка эффективности проведенных мероприятий.....	45
Выводы по второй главе	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	50
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	54
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	61

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время изучение проблемы формирования детской самооценки в дошкольном образовательном учреждении необходимо, поскольку актуальные нормативные акты, регулирующие воспитательный процесс в детском саду, задают тенденции современного общества и предъявляют к ребенку высокие требования как к будущей личности, обладающей высокой ответственностью, осознанностью и требовательностью по отношению к себе и другим людям.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования в качестве значимых для развития детей дошкольного возраста, выделяются следующие направления: способность и готовность учиться, выполнять различные виды познавательной деятельности, осознание необходимости выполнять необходимые действия осознанно и целенаправленно. В целевых ориентирах также указывается, что для успешного развития детей в школе им необходимо уметь реалистично оценивать свои потенциальные возможности, и, более того, размышлять о том, насколько поведение и поступки, которые они совершают, соответствуют социальным нормам, принятым в современном обществе, исключая собственные интересы. Таким образом, в данном исследовании говорится о необходимости организации такой систематической работы по формированию у дошкольников целевых ориентаций как самооценка.

Федеральная образовательная программа дошкольного образования отмечает в сфере социальных отношений формирование положительной самооценки, уверенности в своих силах, отмечает позитивные изменения в развитии и поведении детей, бережно и тактично помогает ребенку обнаружить свои ошибки и найти адекватный способ их устранения.

Самооценка и проблема ее формирования является важной в исследованиях многих исследователей, в частности, Л. И. Божович, Л. С.

Выготский, Д. Б. Эльконин.

Сегодня является актуальной темой формирование самооценки детей среднего дошкольного возраста и остается актуальной темой для дошкольного образования. В целях повышения качества образования, педагоги дошкольных образовательных учреждений выбирают такие пути, с помощью которых можно повысить уровень способностей детей в оценке собственных действий и деятельности других.

В различных психолого-педагогических исследованиях, таких как работы Е.О. Смирновой, Л.П. Почервиной и С.Г. Якобсона, самооценка ребенка среднего дошкольного возраста изучается через структуру его «Я - образа». Т.А. Репина и Р.Б. Стеркина продемонстрировали формы самооценки, которые можно назвать «осознанными», и выявили связь между самооценкой и общением детей, что способствует улучшению их положительной самооценки. Исследования Е.А. Архиповой показали зависимость самооценки от типа воздействия воспитателя. В свете этих данных важно вести коррекционно-развивающую работу для формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

В исследованиях существует множество различных подходов к определению самооценки и методов ее формирования у детей. Некоторые исследователи считают, что самооценка формируется исключительно в результате внутреннего самовосприятия ребенка, в то время как другие подчеркивают влияние социальных факторов. Следует рассмотреть, какие теории и модели были использованы в работе, и как их выбор мог повлиять на результаты исследования.

Возникает противоречие: с одной стороны, в психолого-педагогических исследованиях доказана возможность формирования у детей среднего дошкольного возраста положительной самооценки своих поступков и результатов деятельности, а с другой стороны, эти

возможности не используются в педагогической работе с детьми средних групп детского сада. Одной из причин такого положения является отсутствие теоретического методического обеспечения работы педагога. Такое положение является причиной недостаточного развития у детей среднего возраста положительной самооценки, что оказывает отрицательное влияние на успешное развитие во взрослении.

С учетом этих положений, становится понятной актуальность изучения проблемы формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста. Важно отметить, что в связи с актуальностью проблемы, «Какие психолого-педагогические условия способствуют формированию положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста?».

В связи с актуальностью обозначенной проблемы нами сформулирована тема исследования: «Формирование самооценки детей среднего дошкольного возраста».

Цель исследования: разработать и внедрить психолого-педагогические условия формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.

Объектом исследования является формирование положительной самооценки детей.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: процесс формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста, будет осуществлен при следующих условиях:

- педагогическое взаимодействие с семьей по формированию положительной самооценки;
- повышение профессиональной компетентности педагогов по

- формированию положительной самооценки дошкольников;
- создать на занятиях атмосферу комфорта и поддержки детей среднего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

1. Дать характеристику понятия «самооценки детей среднего дошкольного возраста».
2. Выявить особенности формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста.
3. Обосновать условия эффективности формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.
4. Разработать и апробировать коррекционно-развивающую программу по формированию положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.
5. Выявить эффективность проведенных коррекционно-развивающих мероприятий.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы методы исследования: теоретический анализ психолого-педагогической литературы, сбор эмпирических данных; методы качественной, количественной и статистической обработки результатов и графического представления данных.

Практическая значимость исследования: разработанная коррекционно-развивающая программа может быть полезна педагогам психологам, педагогам дошкольных организаций, родителям для воспитания гармоничной личности.

Экспериментальной базой исследования является МАДОУ «Детский сад №85 «Калейдоскоп»» г. Челябинск.

Кроме того, проведен констатирующий, формирующий и контрольный этап в группе ДОУ, в котором было охвачено 30 детей и 30 родителей.

Исследование проводилось в 2024 году, и осуществлялась в три этапа:

На первом этапе: изучалась психолого-педагогическая литература по проблеме исследования. Определялась цель, гипотеза, задачи, методы исследования, разрабатывался план экспериментальной работы.

На втором этапе: разрабатывалась и проводилась методика констатирующего, формирующего, контрольного экспериментов, разрабатывалась коррекционно-развивающая программа. Уточнялась гипотеза исследования.

На третьем этапе: осуществлялась обработка и обобщение полученных данных, формулировались выводы, оформлялась работа в целом.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, 2 глав, заключения и списка использованных источников, который состоит из 62 наименований, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Анализ проблем формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе

Самооценка – это «отношение к себе», которое наряду с «познанием себя» входит в самосознание. В первую очередь, самооценка влияет на отношения человека с другими людьми, его требовательность к себе, отношение к успеху и неудачам.

Проблема самооценки является одной из ведущих проблем психологии и педагогики. Связано это с необходимостью самооценки, то есть осознания себя как личности, умственных и физических способностей человека, а также его личностных особенностей. В психологии самооценка всегда рассматривается вместе с тем, как формируется самосознание человека.

Согласно отечественной психологии, под самосознанием понимают процесс познания человека самого себя как субъекта действия и переживаний, а также формирование эмоционально-ценностного отношения к самому себе [5,с.267].

Р.С. Немов, характеризует самосознание «как проблему высокого жизненного значения, венчающую психологию личности, расценивал ее в целом как нерешенную, ускользающую от научно-психологического анализа» [41,с.213]. На самом деле, до сих пор не существует четкого определения понятия «самосознание». Чаще всего самосознание рассматривается как восприятие человеком своего образа «Я». Другими словами, самосознание – это восприятие и целостная оценка человеком самого себя и своего места в жизни.

Среди различных компонентов самосознания на первом месте стоят проблемы самооценки.

Теперь рассмотрим понимание самооценки в разных отечественных и зарубежных школах (табл.1).

Таблица 1 – Изучение понимания «самооценки» в разных научных школах

Ученые	Положения
Сократ	«Познай себя» – это формула мудрости, приписываемая одному из «семи мудрецов» [7,с.23].
Ф.В. Костылев	Считал самооценку, как «есть «отношение к себе», которое наряду с «познанием себя» входит в самосознание» [30, с.18].
М.Б. Розенберг	Самооценка отражает степень развития у человека чувства собственного достоинства и позитивного отношения ко всему, что входит в сферу его «Я». Низкая самооценка, таким образом, подразумевает ненависть к себе, самоотречение и негативное отношение к своей личности. [21,с.96].
А.Н. Леонтьев	Интерпретирует самооценку как независимую характеристику личности, личностное образование, которое прямо влияет на регулирование поведения и деятельности человека, выступая центральным элементом, формирующимся в активной части личности и отображающим особенности её внутреннего мира. [3,с.78].
Б.Г. Ананьев	Предполагает, что самооценка является сложным многогранным компонентом самосознания (сложный процесс осознания себя, разворачивающийся во времени и связанный с движением отдельных ситуативных образов и интеграцией таких ситуативных образов в общее образование). [2,с.29].
А.В. Петровский	Считает самооценку ядром своей идентичности, и, следовательно, самооценка является важным регулятором поведения. «От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на развитие личности человека» [25,с.13].
Г.М. Андреева	Элементы, относящиеся к себе и личным качествам, являются составляющей Я - концепции. Я - концепция – это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряжённая с их оценкой. Описательную составляющую Я - концепции часто называют «образом Я» или «картиной Я». [18,с.45].
Л.В. Бородина	рассматривает самооценку как особую функцию самосознания, ее самостоятельный компонент, который формирует критическое отношение индивида к его возможностям и оценку имеющегося потенциала через призму заданной системы ценностей [15,с.56].
А.И. Лепнина	считает, что самооценка подразумевает под собой «известное отношение к себе: к своим качествам и состояниям, возможностям, физическим и духовным силам» [18,с.78].
М.А. Резниченко	Самооценка – это личностное суждение о собственной ценности, которое выражается в установках, свойственных индивиду [32,с.55].

Продолжение таблицы 1

Т.Ю. Андрющенко	Самооценка – это «личностное суждение о собственной ценности, которое выражается в установках, свойственных индивиду» [6, с.5].
Г.С. Абрамова	называет самооценкой «отношение индивида к себе, которое складывается постепенно и приобретает привычный характер; оно проявляется как одобрение или неодобрение, определяет убежденность индивида в своей самооценности, значимости» [1, с.413].
Е.А. Петровой	самооценка характеризуется как результат самопознания [46].

Таким образом, самооценка – это оценка личностью самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка представляет собой наиболее анализируемый аспект самосознания индивида в области психологии. Именно через самооценку осуществляется контроль над поведением человека. Этот процесс проявляется скорее в том, как личность воспринимает успехи окружающих, нежели в том, что она думает или заявляет о себе.

В области психологии и педагогики имеется значительное количество исследований, посвященных анализу самооценки. Федеральный государственный стандарт для дошкольного образования ориентирован на совершенствование личности детей в среднем дошкольном возрасте, принимая во внимание различные аспекты их общения и деятельности, а также их возрастные, индивидуальные, психологические и физиологические характеристики. Одной из ключевых психолого-педагогических особенностей развития детей в возрасте 4-5 лет является формирование положительной самооценки в этот важный период их роста. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования предполагают наличие таких качеств у детей: «ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками...» [13,с.89]. Таким образом, можно сказать, что значение понятия самооценка имеет множество различных пониманий в трудах отечественных и зарубежных ученых, а также разное обоснование

в словарях.

Взаимодействие с окружающими играет ключевую роль в формировании самооценки. Когда ребенок начинает общаться со сверстниками, он получает возможность сравнивать себя с другими, понимать свои сильные и слабые стороны. В этом контексте важным становится восприятие сверстниками, их отзывы, совместные игры и активности. Педагог, осознавая значимость таких взаимодействий, должен создавать условия для гармоничного общения между детьми, способствовать развитию дружбы и взаимопомощи.

Педагоги и родители должны внимательно следить за тем, как взаимодействуют дети, предоставляя им пространство для самостоятельных решений и инициатив. Правильное руководство со стороны взрослого позволяет детям не только развивать социальные навыки, но и укреплять свою самооценку через позитивные переживания. Поддержка, услышанные слова одобрения или конструктивная критика – все это формирует у ребенка уверенность в себе.

Понимание важности социальной ситуации также позволяет педагогам адаптировать учебный процесс к потребностям каждого ребенка. Индивидуальный подход и учет разнообразия в группе способствуют созданию эмоционально комфортной атмосферы, что является основой для развития здоровой самооценки.

В настоящее время часто говорят о том, что для идеального существования ребенок нуждается в положительном уровне самооценки, так как в этом случае ребенок лучшим образом приспосабливается к окружающей его социальной атмосфере, лучше взаимодействует и хорошо решает проблемы [51].

Положительная самооценка – это когда человек хорошо относится к себе. Ребенок с положительной самооценкой чувствует себя уверенным и способным. Он ценит себя и свои способности. Он гордится тем, что

может делать, и мотивирован, стараться изо всех сил. Когда ребенок уверен в себе и уверен в том, кто он есть, он скорее склонен к гибкому образу мышления. Это значит, что он может мотивировать себя преодолевать новые препятствия, справляться с ошибками и учиться на них. Он также более склонен постоять за себя и попросить о помощи, когда он в ней нуждается.

Обычно различают следующие уровни самооценки: завышенный, положительный и заниженный.

Таким образом, можно выделить различные виды самооценки: адекватная и неадекватная. Где адекватный вид, является положительной самооценкой, а неадекватный вид, делится на завышенную и заниженную самооценку [7].

Самооценка развивается под воздействием мнений других людей, анализа результатов своего труда, а также через сопоставление реального образа себя с идеальными представлениями о себе [4]. Это качество не остаётся неизменным – оно может варьироваться в зависимости от успехов в различных сферах, возрастных характеристик и множества иных факторов.

Структура самооценки состоит из двух основных элементов: когнитивным и эмоциональным.

Когнитивный компонент самооценки – это набор убеждений о себе, которые могут быть или не быть правдой. Показатели когнитивного компонента самооценки: мера реализма, способ ориентации в самооценке, разнообразие и объем самооценочных суждений, форма выражения самооценки (проблемы или категории) [34].

Эмоциональный компонент самооценки – это эмоциональная установка на оценку когнитивной самооценки и связанных с ней переживаний, сила и интенсивность которой зависит от важности оцениваемого содержания для личности. В процессе самооценки эти

элементы работают в неразрывном единстве: ни то, ни другое не может быть представлено в чистом виде. Человек приобретает знания о себе в социальных отношениях, и они обязательно сопровождаются эмоциями, интенсивность которых зависит от оцениваемого для личности содержания [18].

При оценивании самооценки когнитивный и эмоциональный компоненты работают вместе и неделимо – ни один из них не может работать отдельно друг от друга.

Поэтому самооценка играет важную роль в жизни любого человека и особенно ребенка. В отличие от взрослых, самооценка ребенка еще развивается и легко поддается коррекционному воздействию.

Положительная самооценка предполагает умение критично мыслить. Понимание себя, умение достичь недостижимых целей, умение ценить свои способности. Возможности и применение их к требованиям, которые выдвигаются жизнью.

Итак, основываясь на материале, можно сказать, что самооценка – это отношение ребенка к себе, которое складывается постепенно и приобретает привычный характер. Самооценка отражает степень развития у ребенка чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его «Я».

1.2 Особенности формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста

Рассмотрение психолого-педагогической литературы по изучению самооценки детей показало, что проблема ее становления и развития выступает проблемой формирования личности ребенка.

Ребенок не рождается с определенным отношением к самому себе. Отношение к собственной личности у каждого ребенка складывается в процессе взросления, под влиянием процесса воспитания. При этом

основное влияние на становление отношения личности к себе оказывает семья и коллектив, в отношении ребенка среднего дошкольного возраста, мы можем говорить о группах в дошкольных организациях и педагогах.

В качестве наиболее важных признаков, свидетельствующих о достижениях детей определенной степени личностной зрелости, выступают признаки самооценки.

Формирование самооценки у детей среднего дошкольного возраста, как и развитие произвольного поведения, находится на начальной стадии. Изучение этого процесса усложняется, так как у детей ограничены рефлексивные способности. Тем не менее, в большинстве случаев, у нормально развивающихся детей в возрасте 4-5 лет уже сформированы представления о себе, включая образ физического «Я» и половозрастную идентификацию, а также осознание своего прошлого и будущего.

Самооценка существенно влияет на поведение и активность ребенка, а также формирует его общую деятельность. Как результат, уровень самооценки играет важную роль в динамике и направленности развития малыша.

Для детей среднего дошкольного возраста очень важно развитие положительной самооценки. Это связано с тем, что самооценка является ядром индивидуальной личности ребенка, а также диагностирует уровень стремления. Поэтому одной из важных задач воспитания на современном этапе является формирование способностей у детей к положительной оценке и самооценке.

В четыре-пять лет оценки и самооценка ребенка имеют эмоциональную окраску. Среди взрослых, взаимодействующих с ним, наивысшие положительные оценки получает тот, к кому у ребенка имеются чувства любви, доверия и привязанности. Ребенок чаще всего анализирует внутренний мир взрослых вокруг себя, предоставляя ему более глубокие и разнообразные оценки.

Самооценка детей в частности формируется взрослыми, поэтому становятся очевидными возможности их самостоятельных стремлений. Большинство детей среднего дошкольного возраста выявляет признаки личностной готовности к школьному обучению, важным аспектом которого являются возможности в понимании и учете позиции других. Последнее становится возможным только при высоком уровне в развитии необходимого элемента представления о себе, у ребенка 4-5 лет [19].

На детей существенно влияют мнения и установки родителей, которые играют ключевую роль в формировании их самооценки. Ожидания о том, каким должен быть ребенок, закладываются еще до его появления на свет и напрямую влияют на стиль взаимодействия в семье.

В результате обобщения и анализа в ходе психологической консультации можно выделить различные стили взаимодействия между «родителем и ребенком»:

1. Сотрудничество. Во взаимодействии между матерью и ребенком преобладают слова, которые поддерживают, в отличие от тех, что отвергают. В процессе общения наблюдаются взаимные уступки и гибкость. Мать вдохновляет ребенка быть активным.
2. Изоляция. В семье отсутствует совместное принятие решений. Ребенок ощущает себя изолированным и не стремится делиться своими эмоциями и переживаниями с родителями.
3. Соперничество. Партнеры оказываются в противостоянии. Они выражают критику друг к другу, удовлетворяя свои потребности в самоуважении и симбиотической связи.
4. Псевдосотрудничество. Партнеры демонстрируют сосредоточенность на собственных интересах. Их стремление принимать совместные решения основано не на деловой подоплеке, а на элементе игры.

Для детей наибольшее значение имеет мнение их родителей, после чего следует точка зрения воспитателей, учителей и других близких людей, которые общаются с ними.

При оценке взглядов окружающих на свою личность у детей формируется система ценностей и ориентиров, а также намечаются дальнейшие планы. Это, в свою очередь, способствует созданию образа, на который они опираются во время самоанализа.

Учитывая, что у детей развивается собственное восприятие себя, важно отметить, что, когда их собственная самооценка совпадает с мнением окружающих, это способствует формированию положительного образа «Я». В противном случае, если оценка не совпадает, у ребенка может возникнуть искаженное представление о себе, что в свою очередь ведет к утрате индивидуальности.

У детей в возрасте четырех-пяти лет процесс становления и роста самооценки во многом определяется тем, какие требования выдвигают к ним родители, особенно в контексте их деятельности. Фактически, именно от семейного воспитания зависит, как дети будут оценивать себя, как они будут справляться с неудачами и добиваться успеха, а также как адекватно будут реагировать на мнения и оценки их поступков со стороны окружающих.

Так как дети проводят значительное время в дошкольных образовательных учреждениях, на их самооценку существенно влияет характер образовательного процесса. В этом возрасте дети начинают самостоятельно анализировать свои способности и возможности. У них постепенно формируется определенный уровень требований к себе, который становится стабильным и устойчивым. Это свидетельствует о наличии особенностей самооценки у детей, находящихся в среднем дошкольном возрасте.

Согласно мнению Г.М. Кождаспировой, самооценка, будь она положительная, завышенная или заниженная, может, как стимулировать, так и тормозить активность человека. Особенно важно, чтобы у детей была положительная самооценка. Это позволит им объективно оценивать свои характеристики и положение, а также адекватно реагировать на трудности и внешние суждения [9].

Дети, обладающие завышенной самооценкой, часто воспитываются как объекты восхищения, что приводит к искажению их понимания роли в обществе. В свою очередь, заниженная самооценка у детей может возникнуть из-за безразличия родителей, что негативно сказывается на формировании личности. Это, в конечном итоге, влияет на уровень их послушания.

Стабильная заниженная самооценка крайне мало встречается. Это свидетельствует о том, что самооценка детей в среднем дошкольном возрасте варьируется и стремится к стабильности. Постепенно она становится частью внутренней позиции личности, служит движущей силой для поведения и оказывает влияние на развитие определённых личностных качеств.

Дети с заниженной самооценкой часто проявляют склонность к самоизоляции, уделяя много времени поиску своих недостатков и преувеличивая их значение. Их развитие затрудняется излишней критичностью к самим себе и отсутствием уверенности в своих силах. В любых начинаниях они, как правило, ожидают лишь провалов. Такие дети, как правило, очень чувствительны, стесняются общаться, проявляют робость и сосредоточены на своих переживаниях. Их неудачи мешают наладить контакт, как с ровесниками, так и с взрослыми [16].

Завышенная самооценка препятствует изменениям, и ребенок, как правило, старается поддерживать её, отвергая мнения окружающих и игнорируя свой собственный опыт. Длительное пребывание в состоянии

завышенной самооценки может наблюдаться в двух ситуациях: когда ребенок, несмотря на провалы, получает позитивные отзывы от кого-либо, или когда у него есть определённые способности, обеспечивающие ему временные успехи. Дети с завышенной самооценкой часто искажают свои представления о собственных возможностях, результатах и личных качествах. Они берутся за задачи, которые явно выходят за пределы их способностей. У таких детей легко развиваются черты, как высокомерие, бестактность и чрезмерная самоуверенность. Необходимо уделить внимание воспитанию адекватного самовосприятия у детей, чтобы помочь им понять свои реальные возможности и научить конструктивно воспринимать критику и неудачи.

Следовательно, формирование начальных представлений о себе у детей среднего дошкольного возраста находится в тесной связи с формированием познавательной и мотивационной сферы ребенка.

Самооценка может быть определена как осознание собственной личности, способность самоанализировать свои действия и особенности. У детей в возрасте среднего дошкольного периода самооценка является переменной, и она изменяется под влиянием внешних воздействий. К числу таких факторов относятся семья и её воспитательные практики, влияние педагогов, а также взаимодействие с ровесниками.

У детей выделяются различные виды самооценки, и особенно важно сосредоточиться на развитии положительной самооценки. В этот период необходимо способствовать формированию у детей способности объективно оценивать себя и своё поведение, а также обучать их корректно воспринимать мнения других и осознавать свои ошибки.

Изменение в формировании самооценки играет ключевую роль в психолого-педагогической готовности ребенка к переходу на новый этап развития. В этом процессе также усиливаются независимость, критичность в оценке окружающего и собственного «я» у детей.

Не менее важным аспектом является постоянное взаимодействие педагогов и родителей. Совместные усилия обеих сторон помогают ребенку чувствовать себя защищенным и уверенным. Родители должны быть вовлечены в воспитательный процесс, знать о достижениях и возможных трудностях своего ребенка. В свою очередь, педагоги могут проводить регулярные встречи, делиться наблюдениями, рекомендовать методы поддержки и развития положительной самооценки. Такая синергия создает единое пространство для личностного и эмоционального роста детей.

Также следует учитывать, что дети дошкольного возраста очень восприимчивы к образам, которые они видят в окружающей среде. Примеры поведения взрослых играют значительную роль в формировании самооценки у ребенка. Педагоги и родители должны демонстрировать уверенность, позитивное отношение к себе и другим, корректное поведение в сложных ситуациях. Дети, наблюдая за этими примерами, учатся реагировать на свои собственные успехи и неудачи, что способствует формированию положительной самооценки и умению преодолевать трудности.

Кроме индивидуальной работы с каждым ребенком, важно создавать образовательную и игровую среду, способствующую укреплению позитивного самоощущения. В группе могли бы проводиться игры и занятия, направленные на развитие навыков сотрудничества, поддержки со стороны сверстников, и понимание ценности каждого участника группы. Совместные проекты, творческие задания и мероприятия, где каждому ребенку предоставляется возможность проявить себя и быть замеченным, укрепляют чувство своей значимости и способствуют формированию положительной самооценки.

Таким образом, формирование самооценки у детей в дошкольном возрасте требует комплексного подхода, включающего взаимодействие

педагогов, родителей, а также создания специальной развивающей среды. Воспитатели должны осознавать свою важную роль и значимость в этом процессе, проявлять заботу и уважение к каждому ребенку, поддерживать инициативы и достижения, а также способствовать развитию конструктивных межличностных отношений в группе. Всё это формирует у детей устойчивую, положительную самооценку, которая является ключевым фактором их будущих успехов и благополучия.

1.3 Психолого-педагогические условия формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста

Дошкольный возраст – это период становления ребенка как личности, имеющий ярко выраженную специфику возрастного развития, требующий особого педагогического сопровождения и условий. Условия, которые мы рассматриваем, направлены на решение вопросов, возникающих при осуществлении целостного психолого-педагогического процесса, в связи с чем, перейдем к анализу понятия «психолого-педагогические условия». Под психолого-педагогическими условиями понимаются конкретные способы педагогического взаимодействия с детьми, взаимосвязанных мер в учебно-воспитательном процессе, направленных на формирования субъективных свойств личности ребенка.

На развитие самооценки у детей среднего дошкольного возраста, оказывают влияние множество психолого-педагогических условий, и в определенной степени ее развитие зависит от усвоения детьми норм и правил поведения, от оценок ровесников и взрослых людей.

Изучив психолого-педагогическую литературу, мы взяли за основу условия, которые на наш взгляд, будут более эффективными для формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста:

- педагогическое взаимодействие с семьей по формированию позитивной самооценки;
- повышение профессиональной компетентности педагогов по формированию положительной самооценки дошкольников;
- создать на занятиях атмосферу комфорта и поддержки детей среднего дошкольного возраста.

Проанализируем данные условия более подробно.

Формирование самооценки у детей во многом зависит от психолого-педагогических условий, в которых они растут. Важным аспектом здесь являются отношения с родителями и воспитателями, которые формируют базу для детской самооценки, придавая детям ощущение собственной значимости и ценности. Эти отношения строятся на множестве заботливых и отзывчивых взаимодействий с ребёнком. Самооценка детей среднего дошкольного периода характеризуется определённой неустойчивостью и поддается изменениям. При воспитании детей крайне важно обращать внимание на их амбиции и то, насколько они соответствуют реальным возможностям ребёнка, поскольку именно это является одним из ключевых условий для гармоничного развития личности.

Формирование самооценки у ребенка зависит от его окружающей среды, где семья играет ведущую роль. Именно действия и поведение родителей становятся первым источником знаний о внешнем мире, его особенностях и характеристиках. Это познание осуществляется преимущественно на эмоциональном уровне. Поступки родителей служат основой первичного социального моделирования. Ребенок ориентируется на опыт взрослых, которые его окружают, и на их оценки. До достижения пятилетнего возраста самооценка формируется исключительно под воздействием той информации, которую он получает в семейной среде. Родители оценивают своего ребенка через слова, интонацию, выражения лиц и жесты. В этот период ребенок не проводит сравнений с другими

детьми. Однако не все родители и учителя обращают достаточное внимание на важность правильного взаимодействия. Одна из причин этого заключается в недостаточном понимании и некорректным отношением к современным программам, касающимся психологических и физиологических аспектов, которые определяют связь между духовным и физическим в комплексном развитии личности. Что бы помочь понять родителям стиль их воспитания, существуют разные методы: такие как Опросник С. Степанова «Стили родительского поведения», тест - опросник ОРО (опросник родительского отношения) авторы А.Я. Варга, В.В. Столин и другие.

Одним из главных условий формирования положительной самооценки, является педагогическое взаимодействие с семьей.

Повышение самооценки ребенка, его уверенности в себе – это результат ежедневной работы родителей.

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей – создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания. Родители должны быть вовлечены в воспитательный процесс, знать о достижениях и возможных трудностях своего ребенка. В свою очередь, педагоги могут проводить регулярные встречи, делиться наблюдениями, рекомендовать методы поддержки и развития позитивной самооценки. Такая синергия создает единое пространство для личностного и эмоционального роста детей.

Задачи педагогического взаимодействия с семьей:

1. Обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и способствовать повышению компетентности родителей в вопросах формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста.

2. Оказать помощь родителям в воспитании детей, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития.
3. Обеспечить учет образовательных потребностей, интересов и мотивов детей, членов их семей.
4. Создать условия для участия родителей в образовательной деятельности.
5. Обеспечить консультативной поддержкой родителей по вопросам создания положительной самооценки детей.

Педагогическое взаимодействие предполагает координацию усилий нескольких сторон (субъектов образовательного пространства) в образовательном процессе. Равноправными субъектами педагогического процесса в детском саду являются дети, воспитатели, специалисты, младшие воспитатели, медсестра, родители.

Равноправие субъектов подразумевает:

- открытость к взаимодействию;
- возможность запросить, и получить информацию;
- инициатором процесса взаимодействия по поводу вновь возникшей проблемы или с целью удовлетворения потребности может стать любой из субъектов;
- возможность участия субъектов в планировании, реализации, управлении и оценке результатов совместных проектов, образовательного процесса.

Семья, является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Несмотря на существенное влияние семьи при формировании самооценки ребенка большое значение на ее формирование также оказывают педагоги дошкольных учреждений и их компетентность.

Компетенция применительно к профессиональному образованию – это способность применять знания, умения и практический опыт для успешной трудовой деятельности.

Профессиональная компетентность современного педагога ДОУ определяется как совокупность общечеловеческих и специфических профессиональных установок, позволяющих ему справляться с заданной программой и особыми, возникающими в психолого-педагогическом процессе дошкольного учреждения, ситуациями, разрешая которые, он способствует уточнению, совершенствованию, практическому воплощению задач развития, его общих и специальных способностей.

Современное общество предъявляет новые требования к компетентности педагога. Он должен быть компетентным в вопросах организации и содержания деятельности по следующим направлениям:

- воспитательно-образовательной;
- учебно-методической;
- социально-педагогической.

Для формирования положительной самооценки педагогом должна быть обеспечена эмоциональная стабильность ребенка в ходе своей деятельности, сформирована мотивация к работе, подобрано задание в соответствии с его желаниями, возможностями и интересами и пр.

Понимание уровня самооценки ученика позволяет педагогу скорректировать подход к обучению, чтобы содействовать развитию положительной самооценки у детей. Настолько, насколько ребенок осознает собственную ценность, зависит его положительная самооценка. Дети с положительной самооценкой демонстрируют активность, креативность и усердие, реализуя творческие идеи и инициативы.

Для того чтобы корректно организовать работу по формированию положительной самооценки, важно определить её начальный уровень. Существует множество методик для этой задачи: Методы В.Г. Щура, Де

Грефе, «Лестница» Дембо-Рубинштейна, «Автопортрет» К. Маховера и другие, позволяют понять и сопоставить, как ребёнок видит себя и как, по его мнению, его воспринимают окружающие [12].

В основном, чтобы сказать ребёнку, что он сделал что-то плохо, родители и педагоги используют следующую схему: похвала-критика-похвала. Например: «Ты хорошо нарисовал солнце и небо, но радуга у тебя получилась не ровной. Однако вокруг него у тебя вышла очень красивая трава». В то же время, если в предложении есть «но», то, что сказано до этого человек не воспринимает. Такая оценка может запутать ребёнка, он не понимает, хорошо он сделал или плохо. Лучше высказать ребёнку две оценки не связанные в одну « Ты здесь провел неровные линии, и поэтому радуга немного кривая. А здесь ты хорошо нарисовал солнце, использовал яркие и подходящие цвета, и оно получилось у тебя очень красивое и яркое». Используя эту схему, мы даем ребёнку понять, что он сделал правильно, а что нет. Такое оценивание не навешивает на ребёнка клише и помогает ему самому исправлять то, что он делает, не расстраиваясь, правильно относясь к самому себе и своей деятельности.

Самооценка, как регулирующей элемент в отношениях, проявляется через игровую деятельность детей дошкольного возраста. В процессе игры не только формируется самооценка, но и развивается её регулирующая функция. Среди различных факторов, влияющих на формирование отношения личности к себе в ходе деятельности, можно выделить две ключевые группы. Первая группа включает в себя личные достижения и их самооценку, а также сопоставление своей оценки с общественным мнением и мнением тех членов группы, чье мнение является значимым по определенным критериям для личности. Вторая группа связана с отношением окружающих, включая партнеров по совместной деятельности, к данному индивиду как к личности [38].

Анализ литературы в области психологии и педагогики, касающейся игры, позволяет выявить широкий диапазон её функций. В данном контексте особое внимание в нашем исследовании уделяется роли игры в развитии самооценки детей, находящихся в среднем дошкольном возрасте.

Для ребенка игра является естественным средством самовыражения, позволяющим делиться своими чувствами, мыслями и жизненным опытом. Игрушки можно рассматривать как слова, а сам процесс игры – как речь. Это метод взаимодействия взрослого с ребенком, осуществляемый на основе взрослой логики. Игра предоставляет уникальные возможности для социального и личностного развития, помогая детям устанавливать значимые связи с взрослыми. Ключевым психолого-педагогическим механизмом игры является создание условий, в которых дети могут моделировать различные социальные и сказочные роли. В этих игровых ситуациях они воспроизводят действия и отношения между взрослыми и детьми разного возраста. В ходе таких ролевых игр дети проявляют качества, которые в реальной жизни могут быть менее развитыми: общительность, уверенность, настойчивость, смелость и так далее. Это способствует стимуляции и формированию их самооценки [38].

Особенно можно подчеркнуть подвижные игры и игры с правилами как способ развития самооценки. Подвижные игры могут варьироваться по уровню сложности и проводиться как индивидуально, так и в формате командных состязаний.

Желание «превосходить остальных» помогает развивать осознание собственных сильных и слабых сторон. Важно поддерживать эту мотивацию «стать лучше», периодически создавая условия для достижения успеха. Это даст ребенку возможность укрепить уверенность в себе и стать более инициативным в своих действиях и общении с окружающими.

Занятия творчеством предоставляют шанс наблюдать, открывать новое, сравнивать и экспериментировать с чем-то необычным и

увлекательным. В процессе творчества дети могут проявить себя и попробовать действовать самостоятельно.

Методы формирования положительной самооценки посредством творческой активности разнообразны. В это входят и беседы, и упражнения по актёрскому мастерству, и техники речевой деятельности, а также театрализованные игры и постановки. Для успешного развития самооценки важны систематичность выполнения этих упражнений и творческое взаимопонимание между взрослым и ребёнком. Коллективная работа играет существенную роль, так как личность полностью развивается только во взаимодействии с другими людьми. Чтобы такие активности приносили положительные результаты, критически важно соблюдать принцип добровольности.

Важным аспектом оценки сверстников в любом возрасте являются их профессиональные качества, умения и навыки, которые способствуют успешному взаимодействию. Также значимыми являются моральные качества. В детском саду присутствует система ценностей, которая формирует взаимные оценки детей. С течением времени расширяется спектр моральных проявлений, которые у детей ассоциируются с понятием «хороший» по отношению к другим и самим себе. В возрасте 4-5 лет этот спектр еще не большой (не драться, слушать воспитательницу и маму).

Методы формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста:

- позитивная оценка личности ребенка и проявление к нему доброжелательного отношения;
- указание на ошибки, совершенные при выполнении задания, или на несоответствия нормам поведения;
- анализ причин, по которым были допущены ошибки и наблюдалось плохое поведение;
- объяснение ребенку, почему произошли ошибки, как возможных

- ситуаций в процессе обучения;
- совместное обсуждение с ребенком способов исправления ошибок и приемлемых моделей поведения в данной ситуации;
 - уверенность в успехе его начинаний;
 - ориентирование на положительные аспекты работы воспитанника;
 - содействие проявлениям самообладания и самооценки в различных видах деятельности;
 - использование самостоятельной оценки через сравнение достигнутых результатов с заданиями или указаниями, выраженными устно.

Следовательно, использования современных психолого-педагогических технологий стоит очень серьезно. К среднему дошкольному возрасту знания, полученные в процессе деятельности, приобретают более устойчивый характер. В этот период собственная оценка себя сравнивается с мнением окружающих. Если нет существенных расхождений с собственными представлениями о себе и своих возможностях, то принимается оценка со стороны. Опыт маленького ребенка еще не является обширным, и его самооценка может быть неточной. Увеличение и обогащение личного опыта ребенка играют важную роль в формировании положительной самооценки и самосознания на этапе дошкольного развития. Личный опыт включает в себя весь комплекс мыслительных и практических действий, которые ребенок сам осуществляет в предметной среде вокруг него. С помощью этого индивидуального опыта в различных видах деятельности ребенок начинает осознавать наличие определенных качеств, умений и возможностей [3, с. 52].

Дети развивают положительную самооценку, усердно работая для достижения цели и видя, как их тяжелая работа окупается снова и снова. Достижение целей показывает им, что у них есть все необходимое для решения новых задач. Их успех заставляет их чувствовать себя хорошо, и

они узнают, что даже потерпеть неудачу – это нормально.

Когда дети достигают успеха в каких-либо сферах, это радует и окружающих, таких как их товарищи и заботливые взрослые. Эта поддержка создает у них чувство удовлетворенности. С течением времени это способствует развитию их уверенности в себе.

Современные педагогические подходы и технологии способствуют формированию самооценки у детей. Уделим внимание некоторым направлениям использования этих технологий в процессе развития самооценки у детей среднего дошкольного возраста, которые вскоре будут адаптированы, чтобы привлечь внимание детей и помочь им развить навыки, необходимые для успешного обучения и жизни.

Таким образом, в процессе формирования самосознания дети оценивают свои качества, что приводит к формированию самооценки. Процессы самооценивания и самооценки имеют различные аспекты. Я – концепция представляет собой совокупность описательных, но не оценочных характеристик себя. Определенные элементы Я – концепции могут восприниматься как положительные или отрицательные, в то время как другие могут оставаться нейтральными. Например, информация о цвете волос или тембре голоса входит в состав Я - концепции, но данные характеристики не классифицируются как хорошие или плохие. В отличие от этого, самооценка касается того, как ребенок собственно анализирует и интерпретирует свои качества.

Таким образом, создание психолого-педагогических условий, усиливающих эмоциональную безопасность, развивающих творческий потенциал, способствующих критическому мышлению и поддерживающих сотрудничество, является основополагающим для формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

Вывод по первой главе

В первой главе мы ознакомились с теоретической основой формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе. Отметим особенности самооценки и психолого-педагогические условия формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста.

Мы можем отметить, что анализ психолого-педагогической литературы указывает на то, что самооценка является одним из ключевых факторов, влияющих на детское поведение. Отечественные и зарубежные исследователи рассматривали это явление под различными углами. В результате существует множество трактовок понятия «самооценка», но все они подчеркивают, что она является важным элементом формирования самосознания, что самооценка определяется осознанием человека самого себя, своих физических и интеллектуальных способностей, поступков, манер поведения, а также отношением с окружающими людьми.

Ученые не пришли к единому определению самооценки, но все отмечают ее важность в становлении личности.

Положительная самооценка – это когда человек хорошо относится к себе. Ребенок с положительной самооценкой чувствует себя уверенным и способным. Он ценит себя и свои способности. Он гордится тем, что может делать, и мотивирован, стараться изо всех сил. Когда ребенок уверен в себе и уверен в том, кто он есть, он скорее склонен к гибкому образу мышления. Это значит, что он может мотивировать себя преодолевать новые препятствия, справляться с ошибками и учиться на них. Он также более склонен постоять за себя и попросить о помощи, когда он в ней нуждается.

Проведенный анализ психолого-педагогической литературы свидетельствует о том, что наибольшее влияние на формирование самооценки оказывают значимые взрослые: близкие (мама, папа),

воспитали и общее окружение. Дети среднего дошкольного возраста наиболее положительно воспринимают тех взрослых, к кому привязаны эмоционально.

По мере взросления ребенка на самооценку начинают влиять сверстники.

Выделяются три категории самооценки: положительная (адекватная), завышенная и заниженная. Важно отметить, что у детей среднего дошкольного возраста самооценка, во-первых, ещё недостаточно развита и подвержена искажению, а во-вторых, сильно зависит от мнений родителей и педагогов.

Таким образом, родителям рекомендуется организовывать для детей подвижные игры, способствующие росту самооценки, занятия, способствующие творческому развитию, а так же тесно взаимодействовать с дошкольными учреждениями. Важно давать детям возможность гордиться своими достижениями, поощрять их и совместно проводить время. Родители также должны быть уверенными в себе и своих силах.

Педагогам следует активно и целеустремленно работать над формированием самооценки у дошкольников. Нужно повышать свою компетентность в этой области, что подразумевает наличие знаний и опыта, необходимых для педагогической деятельности.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Методы изучения самооценки у детей среднего дошкольного возраста и анализ результатов исследования

В первой главе данного исследования была проведена теоретическая оценка аспектов формирования самооценки у детей среднего дошкольного возраста. Анализ данной темы позволил предположить, что применение специализированных методик может способствовать направленному развитию положительной самооценки у детей этой возрастной группы.

В результате изучения психолого-педагогической литературы по данной проблеме были выделены следующие показатели для оценки самооценки детей (таблица 2):

Таблица 2 – Критерии, показатели и значение формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста

Критерии	Показатели	Уровни
Поддержка родителей в формировании самооценки у детей	Процесс, в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки.	<p>Высокий: Родители всегда готовы поддержать своего ребенка, независимо от того, чем они заняты в данный момент. Такой подход позволяет детям занимать активную позицию, что способствует развитию навыков самоорганизации и уверенности в собственных силах. Дети из таких семей внимательно слушают советы взрослых, понимают значение слова «надо», умеют дисциплинировать себя и строить отношения с ровесниками. В результате они вырастают самостоятельными, активными и любознательными личностями с высокоразвитыми чувством собственного достоинства и ответственностью за своих близких.</p> <p>Средний: Дети, находящиеся под постоянным контролем родителей, сталкиваются с трудностями в адаптации к социальным группам и внешнему миру. Часто они прибегают к различным уловкам, например, начинают плакать или демонстрировать беспомощность, чтобы защитить себя. Это приводит к снижению интереса к обучению и затруднениям с концентрацией во время объяснений воспитателей. В присутствии родителей такие дети могут казаться спокойными и послушными, но в отсутствие угрозы наказания их поведение становится непредсказуемым. С возрастом они все больше не переносят требования авторитарного стиля воспитания.</p> <p>Низкий: Чтобы утвердить себя, ребенок проявляет капризы и требования вроде «Дай!», «Я хочу!», обижаясь на окружающих. Он не воспринимает слово «надо», и указания остаются невыполненными. В результате он вырастает эгоистом, конфликтным и постоянно недовольным, что мешает ему строить нормальные социальные связи.</p>

Продолжение таблицы 2

Отношения в группе	возможность проводить время с вызывающим и симпатию людьми, а также возможность научиться оценивать другого человека и составлять представления о себе	Высокий: Успокоение, уверенность, доброта и любовь к себе и всем окружающим. Активное общение между всеми участниками группы. У детей формируются эмоции сопереживания и сочувствия. Средний: Появление мелких разногласий с их быстрой ликвидацией. Редкие контакты между детьми группы. Могут иметь место небольшие обиды. Низкий: Происходят конфликтные ситуации между детьми. Ябедничество, ссоры, отсутствие примирения, обиды и слезы. В процессе общения наблюдаются такие качества, как агрессивность, нежелание или неспособность предложить помощь сверстнику, разделить радость или горе, а также трудности с уступками. Дети проявляют не восприятие индивидуальных особенностей друг друга.
Взаимодействие ребенка с педагогом	контакт учителя и детей в процессе учебно-воспитательной деятельности.	Высокий: Воспитатель, обладая способностью положительно воспринимать детей, демонстрирует искренность и тактичность. Он предпочитает воздействие на детей через убеждение, а не через принуждение. С помощью слова, улыбки и жестов такой воспитатель показывает ребенку, что его чувства не равнодушны. Дети в такой атмосфере ощущают эмоциональную поддержку со стороны своего наставника. Средний: Педагоги, как правило, не поддаются влиянию своих эмоций и переживаний; их оценка поведения ребенка и подход к взаимодействию с ним во многом определяются характером текущей ситуации. Низкий: Воспитатель проявляет негативное отношение к своей педагогической роли. Он своим поведением подчеркивает свое превосходство над детьми. Часто создает в группе напряженную обстановку, акцентируя внимание на отрицательных поступках и фактах плохого поведения.

Данное эмпирическое исследование было осуществлено на основе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад №85 «Калейдоскоп» города Челябинск, в три этапа:

- констатирующий этап эксперимента. Проведение диагностик на выявление уровня самооценки в контрольной и экспериментальной группе;
- формирующий этап эксперимента. Осуществление творческой активности за пределами учебного времени, направленной на улучшение положительной самооценки;
- контрольный этап эксперимента. Сопоставление полученных данных и выработка рекомендаций.

На этапе констатирующего эксперимента нами были обследованы 30 детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) и 30 родителей (от 23 до 37 лет).

Использовалась методология, основанная на системном подходе, с акцентом на выявление психологических свойств личности, компонентов структуры самооценки и изучение специфики самовосприятия у детей среднего дошкольного возраста, а так же детско-родительских отношений. Психологические особенности проявления самооценки определялись при помощи методики «Лесенка», В.Г. Шур. (Приложение 1)

В ходе исследования уровня самооценки у детей в контрольной группе были получены такие результаты (рисунок 1): среди детей в возрасте 4-5 лет выявлено 3 (20%) ребенка с заниженной самооценкой, 10 (67%) детей, с положительной самооценкой, и 2 (13%) ребенка с завышенной самооценкой. (Протокол 1, Приложение 2).

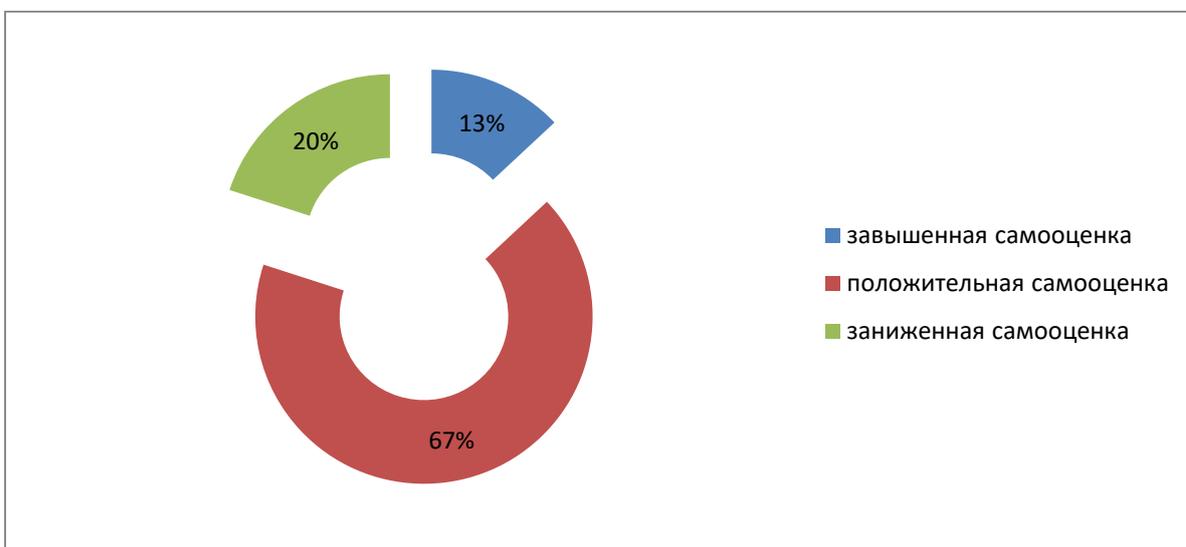


Рисунок 1 – Обобщенные итоги применения методики «Лесенка»

Уровень развития самооценки у детей в контрольной группе показал следующие результаты (рисунок 2): среди детей в возрасте 4-5 лет, 7 (50%) детей с заниженной, 4 (25%) ребенка с положительной самооценкой и 4 (25%) ребенка с завышенной самооценкой (Протокол 2, Приложение 3).

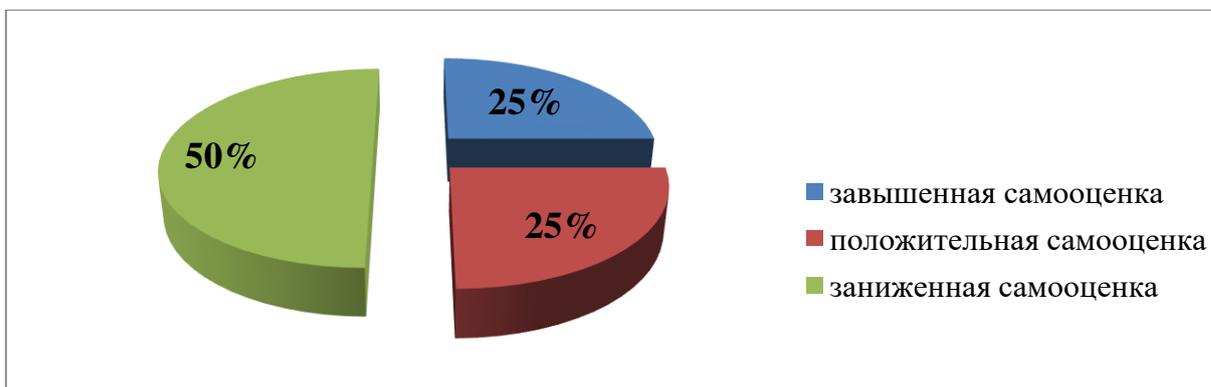


Рисунок 2 – Результаты методики «Лесенка» самооценки детей экспериментальной группы

Уровень самооценки можно определить и через метод «Автопортрет» (приложение 4) в сочетании с другими показателями помогает проанализировать социальное состояние ребёнка и его самооценку. Этот способ особенно удобен и информативен для детей дошкольного возраста. В своих рисунках ребёнок неосознанно проявляет эмоциональные аспекты своей личности, такие как самооценка, страхи и тревоги. Испытуемым предлагалось создать изображение себя, используя карандаши, при этом важно не спешить. Многие дети уточняли, каким должен быть рисунок: в полный рост или нет, необходимо ли добавлять фон, раскрашивать ли картинку и так далее. Крайне важно избегать строгих требований к работе. Ребёнку следует дать понять, что это его творческий процесс, и он может изобразить себя так, как видит. Оценить уровень самооценки можно, проанализировав расположение рисунка на листе: малая фигура, размещённая у края, указывает на низкую самооценку, тогда как фигура в центре с подробным изображением свидетельствует о положительной самооценке. Слишком большая фигура может указывать на завышенную самооценку, при этом фон будет серым и незаметным.

По результатам методики в экспериментальной группе 15 человек с положительной самооценкой 6 (40%) и 6 человек (40%) с завышенной

самооценкой, 3 человек (20%) с заниженной самооценкой. Результаты методики «Автопортрет» отображены на рисунке 3.

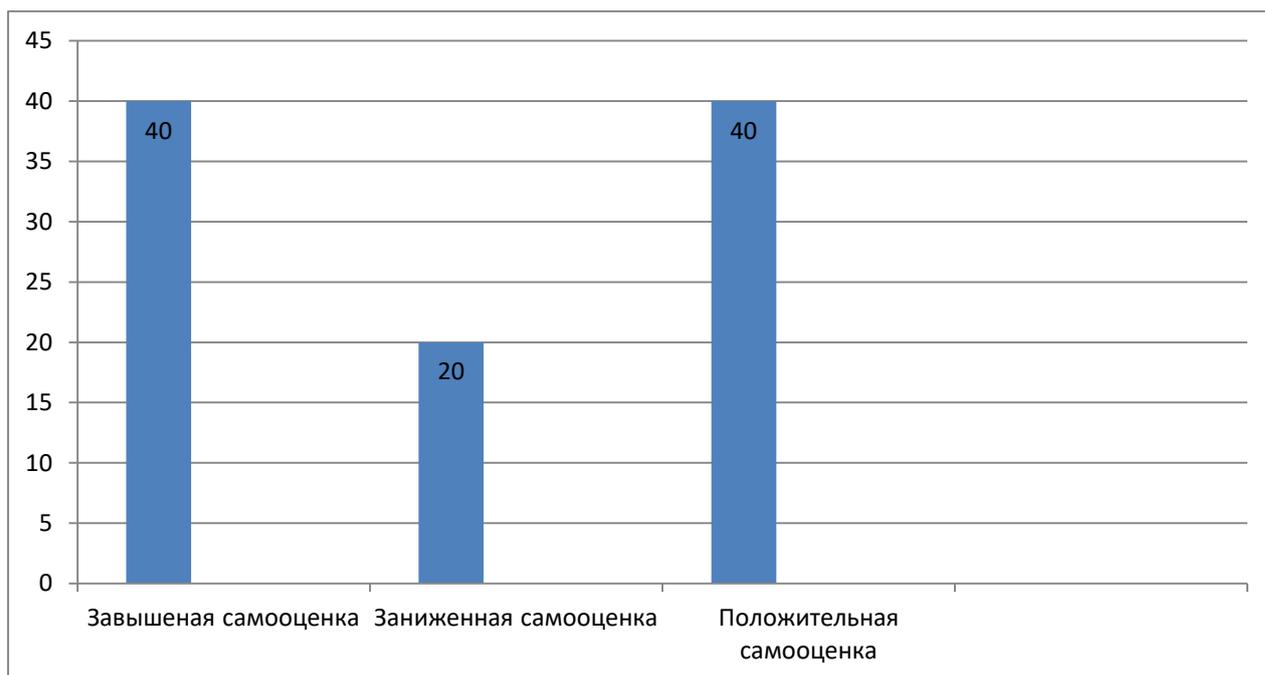


Рисунок 3 – Итоги применения методики «Автопортрет» (экспериментальная группа, констатирующий этап)

Ребятам пришлась по душе предложенная методика. В начале инструкции они испытывали волнение, опасаясь ошибок, но как только начали творить, их охватило спокойствие, и они с удовольствием погрузились в рисование. Ребята с энтузиазмом показывали свои творения и охотно отвечали на заданные вопросы. Однако те, кто страдал заниженной самооценкой, не желали демонстрировать свои работы, старались скрыть их от других, беспокоясь, что над ними будут смеяться.

В контрольной группе это задание также не вызвало затруднений. Анализируя результаты, получилось, что у 7 человек (46%) завышенная самооценка, у 6 человек (42%) – положительная, а у 2 человек (12%) – заниженная (рисунок 4). Ребята с заниженной самооценкой также показали свою неуверенность в этом задании. Они утверждали, что не обладают навыками рисования, и именно поэтому их фигура такая крохотная.

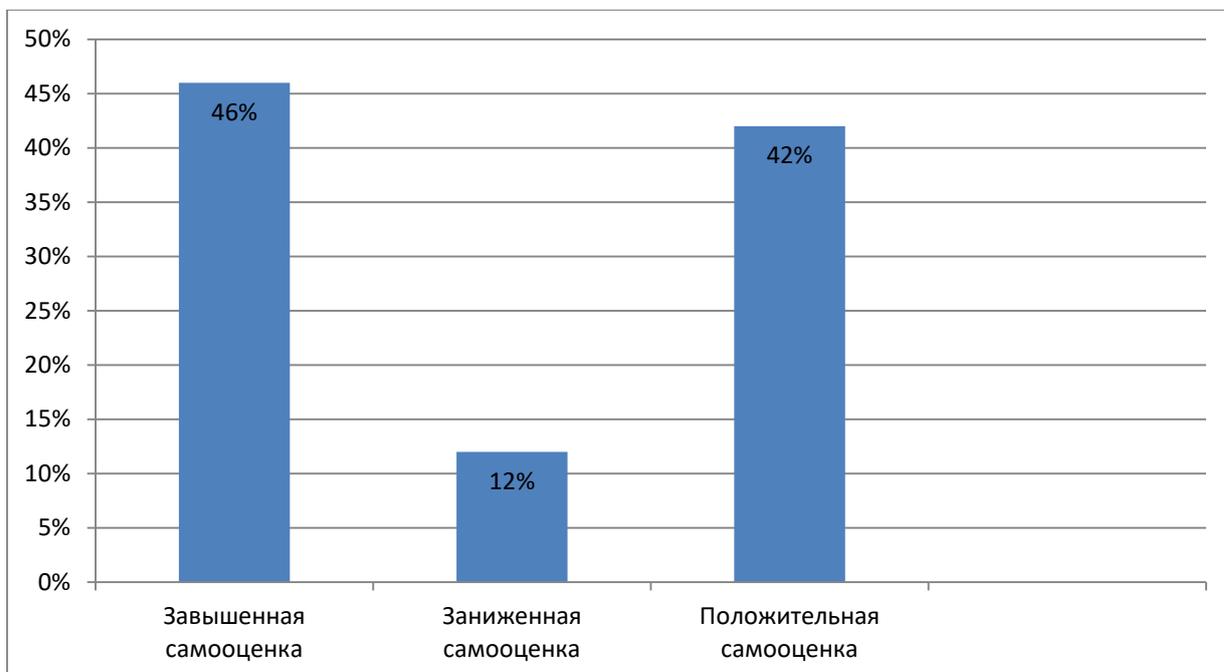


Рисунок 4 – Итоги применения методики «Автопортрет» (контрольная группа, констатирующий этап)

В ходе исследования детско-родительских отношений, при обработке Методика для родителей «Мера заботы» (приложение 5), получены следующие данные (рисунок 5).

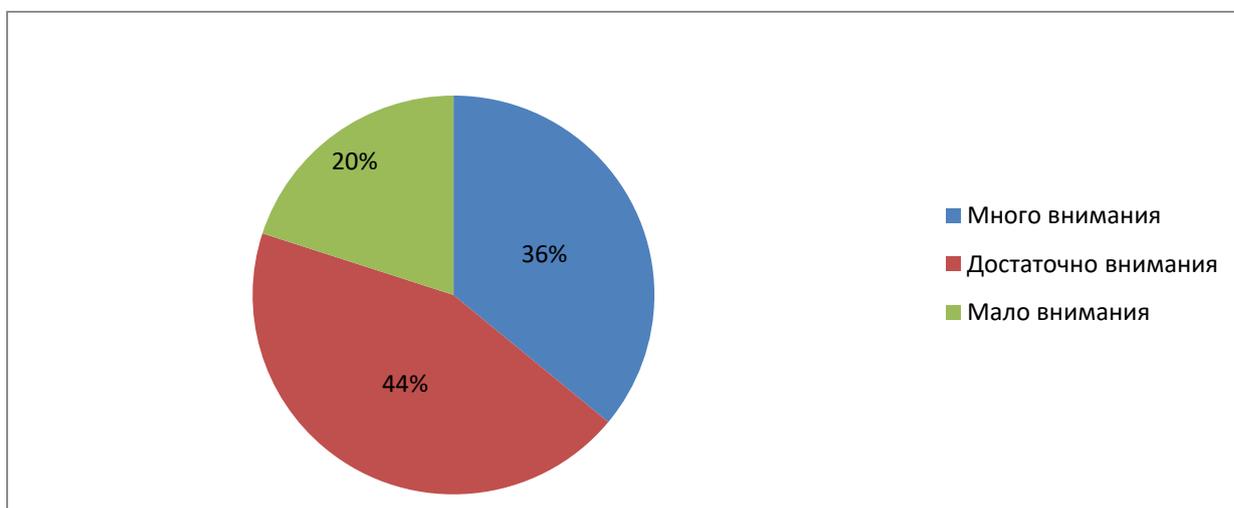


Рисунок 5 – Итоги методики для родителей «Мера заботы» (констатирующий этап)

Мы выяснили, что в опрошенной нами группе родителей (от 24 до 37 лет) на констатирующем этапе 6 (20%) человек уделяют мало внимания ребенку, 11 (36 %) человек, уделяют слишком много внимания, а 13 (44 %) человек

родителей, уделяют достаточно внимания, не в переизбытке. На рисунке 5 видно, что 56 % родителей выделяют либо мало, либо много внимания ребенку, что плохо влияет на самооценку ребенка среднего дошкольного возраста.

Результаты проведенного эксперимента указывают на то, что в этом возрасте дети нуждаются в общении, как со сверстниками, так и с взрослыми. Однако такое взаимодействие порой негативно влияет на формирование их самооценки. Учитывая полученные данные и выводы, необходимо разработать и реализовать ряд мероприятий:

- создание программы коррекционного и развивающего характера, направленной на формирование позитивной самооценки у детей;
- подбор рекомендаций для родителей и воспитателей, помогающих повысить их компетенции.

2.2 Коррекционно-развивающая программа по формированию положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста

Дети с завышенной самооценкой часто стремятся превзойти окружающих: быть сильнее, умнее, быстрее или красивее. Они нередко открыто утверждают: «Я – самый лучший (красивый, быстрый)». Когда же появляется соперник среди сверстников, это неизбежно вызывает у них агрессивную реакцию.

Тем не менее, необходимо осознавать, что формирование положительной самооценки у ребенка является ключевым этапом в его личностном развитии, влияя на становление таких положительных качеств, как самоуважение и ощущение собственной ценности. Таким образом, становится очевидным, что требуется своевременная психолого-педагогическая поддержка для детей с завышенной или заниженной самооценкой. В этой связи была создана коррекционно-развивающая программа, направленная на улучшение самооценки у детей среднего

дошкольного возраста.

Эта программа, ориентированная на коррекцию и развитие, имела цель помочь детям дошкольного возраста сформировать положительное восприятие себя. Она способствовала воспитанию самоуважения у детей, а также уважительного отношения к окружающим. Программа акцентировала внимание на важности терпимости к мнениям других, включая как собеседников, так и партнеров во время игры или занятий.

Суть программы заключается в том, что уверенность ребенка в себе и гармония с самим собой, то есть принятие своей личности, позволяют ему легче принимать и понимать других. Это, в свою очередь, содействует формированию положительной самооценки, снижению уровня тревожности и улучшению общения с окружающими. Программа представляет собой практический курс, направленный на повышение уверенности у детей, развитие позитивного восприятия себя и уменьшение беспокойства. Поскольку самооценка детей в среднем дошкольном возрасте во многом зависит от мнения сверстников, педагогов и родителей курс акцентируется на тренировке коммуникативных навыков и формировании дружелюбной атмосферы в группе и семье.

Цель программы: формирование положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

Для достижения поставленной цели мы формулируем следующие задачи:

1. Познакомить детей с особенностями человеческого общения и его потенциалом.
2. Развивать у них способности к произвольной психической регуляции и самоконтролю, а также умение управлять своим эмоциональным состоянием и действиями.
3. Помочь детям освоить навыки и умения, необходимые для адекватного поведения в обществе.

Основными факторами, приводящими к низкой или завышенной самооценке, являются недостатки в воспитании и негативные взаимодействия с родителями и педагогами. Поэтому ключевой задачей является информирование и консультирование взрослых, которые оказывают влияние на формирование и развитие ребенка.

Параллельно с решением основных задач решаются задачи комплексного развития детей:

- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Занятия, основанные на данной программе, помогают детям осознать, что лишь их собственные мысли, эмоции и поступки, а также умение оценивать окружающих и выражать себя в общении, являются ключевыми факторами для достижения успеха в жизни и формирования дружеских отношений.

Программа состоит из 15 уроков. Каждое занятие проходит раз в неделю и длится 20 минут. Длительность может варьироваться в зависимости от возраста, уровня концентрации и поведения детей. Занятия предназначены для детей в возрасте 4-5 лет.

Ожидаемый результат: сформирована положительная самооценка, уважение к себе и к окружающим, терпимое отношение к мнению собеседника или партнера по игре и занятиям.

Основные методы, используемые при проведении занятий:

- наблюдения;
- рассматривание рисунков и фотографий;
- свободное и тематическое рисование;
- упражнения (подражательно-исполнительного и творческого характера);
- этюды на выражение отдельных качеств характера и эмоций;

- импровизации;
- игры: сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, игры с правилами;
- сочинение историй;
- чтение художественных произведений;
- беседы.

Таблица 3 – Учебно-тематический план программы по коррекции и развитию, направленной на формирование положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста

	Тема занятия	Кол-во занятий	Цель	Содержание занятий
1	Познакомимся	1	Познакомится друг с другом. Создать позитивный эмоциональный настрой.	1.Игра «Кто живет в теремке?». 2.Игра с мячом «Меня зовут..». 3.Игра с мячом «Назову всех». 4.Знакомство с ритуалом встречи и ритуалом прощания. 5.Прощание.
2	Наши чувства и органы чувств	2	Продемонстрировать важность органов чувств в познании окружающего мира и их значение для развития коммуникации. Научить детей методам релаксации. Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов.	1.Игра «Сигнал». 2.Беседа о гармонии человека с природой: а) как взаимодействуют человек и природа; б) человек как элемент окружающего мира; в) зачем нужны глаза, уши, нос, рот, кожа? 3.Игра «Четыре стихии». 4.Динамическая игра «Посылка от обезьянки». 5. Успокоение. 6.Прощание.
3	Язык жестов	2	Научить детей распознавать по жестам и выразительным движениям определенные состояния человека. Развивать внимательность. Обучать детей техникам расслабления.	1.Игра «Сигнал». 2.Игра на переключение внимания. 3.Беседа о языке жестов: а) поведение животных в естественной среде и в зоопарке; б) объяснить, что такое жест и мимика; в) как по движениям определить состояние человека? 4. Упражнения на выразительность жестов. 5.Пантомимика: показать поведение человека, когда ему холодно, когда болит голова или живот. 6.Игра «Кто это?». 7. Расслабление. 8.Прощание.

Продолжение таблицы 3

4	Эмоции	2	Научить детей понимать и оценивать свои эмоции, а также чувства других людей, обращая внимание на их проявления и желания. Развитие произвольного внимания.	1.Игра «Сигнал». 2. Игра «Слушай и считай» (хлопки, удары, бубен). 3. Чтение и обсуждение с иллюстрациями книги В. Сутеева «Кто сказал мяу?» 4. Беседа «Эмоции и их выражения» 5. Этюды по выражению различных эмоциональных состояний. 6.Игра «Скучно, так сидеть». 7.Игра «Зеваки». 8.Релаксация. 9.Прощание.
5	Память	2	Раскрыть значение памяти в коммуникации друг с другом. Укрепление слуховой памяти.	1.Игра «Сигнал». 2.Игра «Повтори за мной». 3.Игра «Слушай и исполняй». 4. Обсуждение о памяти: а) умение удерживать и своевременно воспроизводить информацию; б) зрительная память; в) слуховая память; г) двигательная память; д) эмоциональная память. 5. Дидактическая игра по сюжетным изображениям. 6.Релаксация. 7.Прощание.
6	Я - это я	1	Обучать детей говорить о себе и ценить себя. Снятие эмоционального напряжения, формирование положительного эмоционального климата. Развитие самоконтроля и произвольных движений.	1.Игра «Сигнал». 2.Игра «Замри» (под музыку «Я, ты, он, она - вместе целая страна») 3.Этюд «Это я! Это мое!». 4.Игра «Кто я?». 5.Игра «Я самый нужный». 6.Рисование «Автопортрет».
7	Мои эмоции, мои стремления	1	Научить детей выражать свои эмоции и стремления. Объяснить ребенку, что его настроение обусловлено его желаниями и обстоятельствами. Способствовать развитию наблюдательности, внутренней свободы и уверенности в себе.	1.Игра «Сигнал». 2.Беседа «Моя мечта». 3.Чтение произведений Маршака. 4.Игра «Тень». 5.Игра «В магазине зеркал». 6.Игра «Передача чувств», «Робот». 7.Рисование-раскрашивание квадратов в разные цвета «Какого цвета эмоция?». 8.Прощание.
8	Мои мечты	1	Развитие активности, самостоятельности, творческих способностей и воображения, произвольности. Создание положительного эмоционального настроения.	1.Игра «Сигнал». 2.Игра «Я инопланетянин». 3.Игра «Нитка и иголка». 4.Рисование «Я через много лет». 5.Прощание.

Продолжение таблицы 3

9	Мой характер	2	научить детей распознавать и сопоставлять основные черты характера у людей, осознавать свою индивидуальность со всеми ее особенностями, развивать умения самоконтроля.	1.Игра «Сигнал». 2. Беседа о положительных и отрицательных черт характера, включая: а) связь поступков с характером; б) нежелательные поступки; в) характеристику добрых, честных и вежливых людей; г) правила доброты, честности и вежливости. 3.Чтение стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо?» с последующим обсуждением. 4. Этюды, демонстрирующие положительные черты характера. 5. Этюды, показывающие отрицательные черты характера. 6.Игра «Ролевая гимнастика». 7.Игра «Мальчик» (девочка) - наоборот. 8.Игра «Волшебное слово». 9.Разыгрывание ситуаций.
10	Я управляю своим телом	1	Показать детям, что они могут сознательно расслаблять мышцы, создавая приятное состояние. Устранение замкнутости и напряженности у детей.	1.Игра «Сигнал». 2.Обсуждение напряжения и расслабления мышц. Показать игрушку из ткани и пластмассы. 3.Упражнение на расслабление мышц рук; расслабление мышц рук, ног и корпуса; расслабление мышц живота. 4.Игра «Мы на пляже». 5.Релаксация.
11	Я и другие	2	формировании у участников понимания, что каждый человек уникален и отличается от других. Развитие навыков общения, умение смотреть в глаза и лица собеседникам. Укрепление единства группы. Повышение самооценки участников.	1.Игра «Сигнал». 2.Дидактическая игра «Мы разные». 3.Игра «Я самый нужный (важный)». 4.Игра «Поводырь». 5.Игра «Обезьянка и зеркало». 6.Игра «Слушай команду». 7.Игра «Поезд». 8.Игра в мяч «Назови ласково другого». 9.Игра «Я самый хороший». 10. Прояви внимание к другому. 11.Релаксация.
12	Мои друзья и я	2	Помочь детям осознать значения слов «друг» и «дружба». Научить детей распознавать и оценивать чувства и поступки других людей. Укрепление детского коллектива, повышение самооценки у детей.	1.Игра «Сигнал». 2 Разговор «Дружба - что это такое?». а) Когда вы впервые встретились, что вы знали друг о друге?б) Кто как дружит в вашей группе? в) Слушание песни И. Шаинского «О дружбе».. г) Кто из вас сделал что-то хорошее для друга? 3.Чтение и обсуждение рассказа Л. Толстого «Два товарища». 4.Рисование «Портрет друга». 5.Выставка портретов друзей. 6Игра «На льдине». 7.Релаксация.

Продолжение таблицы 3

13	Давай не будем ссориться	2	Объяснить детям, что такое ссоры, какие у них бывают причины и как можно их предотвратить. Научить детей правильному поведению в стандартных конфликтных ситуациях, а также развивать их слуховую внимательность.	1.Игра «Сигнал». 2.Дидактическая игра «Не поделили игрушку». 3.Игра «Что мы слышим за окном, за дверью, в комнате?». 4.Чтение инсценировка английской народной песенки в переводе С.Маршака «Котята».. 5.Беседа «Кто уступает первый». 6.Подвижная игра «Нам не тесно». 7.Релаксация.
14	Я контролирую свои действия	2	Обучать детей навыкам самоконтроля и управления своим поведением, поступками и речью в ходе общения. Развивать способность к самостоятельной активности. Воспитывать эмоционально-волевую сферу.	1.Игра «Сигнал». 2.Игра «Жмурки». 3.Игра «Сборщики». 4.Игра «Иголка и нитка». 5.Игра «Разведчики». 6.Игра «Расставляем посты». 7.Игра «Дракон кусает свой хвост». 8.Игра «Возьми и передай». 9.Релаксация.
15	Как поступить	2	Учить детей правильному выбору в различных жизненных обстоятельствах и умению контролировать свое поведение при взаимодействии с окружающими.	1.Игра «Сигнал». 2. Приветствие по кругу. 3. Инсценировка ситуаций. 4.Дидактическая игра «Умей извиняться». Чтение стихотворения Г. Остера «Вредные советы».

Детальное описание каждого занятия представлено в Приложении 6.

Провели следующую беседу с родителями для развития положительной самооценки у ребенка:

- не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть ребенок поможет с уборкой, получит удовольствие от проделанной работы и заслуженную похвалу. Ставьте перед ребенком посильные задачи, чтобы он смог почувствовать себя умелым и полезным;
- не перехваляйте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает;
- помните, что для формирования положительной самооценки, как похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными;
- поощряйте в ребенке инициативу;
- показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Сравните: «у мамы не получился пирог — ну, ничего,

в следующий раз положим больше муки». Или: «ужас! Пирог не получился! Никогда больше не буду печь!»;

- ругайте за конкретные поступки, а не в целом;
- помните, что отрицательная оценка – враг интереса и творчества;
- анализируйте вместе с малышом его неудачи, делая правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так ребенок будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему;
- старайтесь принимать вашего ребенка таким, какой он есть.

А так же, мы провели следующие консультации для педагогов и родителей:

- советы для родителей и педагогов по улучшению процесса формирования положительной самооценки у детей среднего возраста. (Приложение 7)
- занятие для родителей: «Самооценка и её развитие». (Приложение 8)

1.3 Оценка эффективности проведенных мероприятий

Цель данного этапа исследования – определить результативность предложенных нами игр, упражнений и консультаций для формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста. На контрольном этапе мы использовали методику В.Г. Щура «Лесенка», методику «Автопортрет», а так же методику для родителей «Мера заботы».

Теперь мы перешли к следующему этапу нашей исследовательской работы – контрольному эксперименту, который мы провели в июне 2024 года.

Уровень самооценки у детей в контрольной группе показал следующие результаты (рисунок 6): у 8 (53%) детей отмечена завышенная самооценка, у 6 (40%) детей – положительная, у 1 (7%) ребёнка -

заниженная (Приложение 9, Протокол 3).

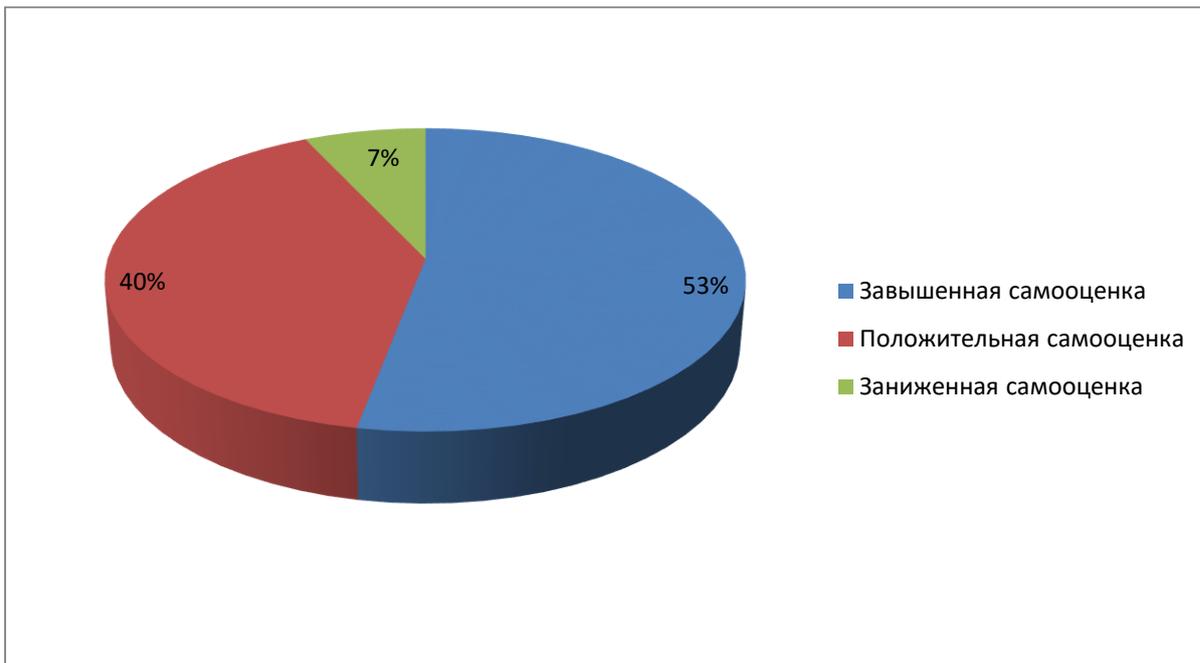


Рисунок 6 – Результаты оценки уровня самооценки детей, входящих в контрольную группу.

При исследовании уровня самооценки у детей в экспериментальной группе выявлено (рисунок 7): у 3 (20%) детей отмечена завышенная самооценка; у 12 (80%) детей самооценка оказалась положительной (Приложение 10, Протокол 4).

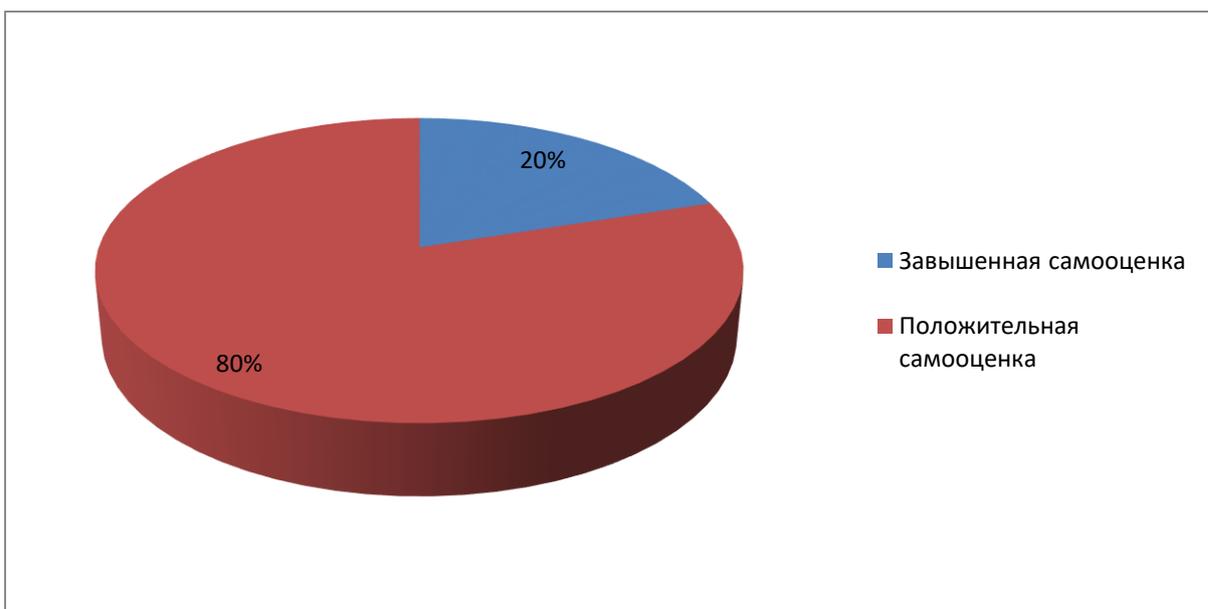


Рисунок 7 – Результаты сформированности уровня самооценки детей экспериментальной группы.

Следовательно, данные исследования контрольной группы показали следующие результаты:

- завышенная самооценка увеличилась на 40 %;
- положительная снизилась на 27 %;
- заниженная самооценка уменьшилась на 7 %.

В экспериментальной группе результаты были улучшены:

- завышенная самооценка уменьшилась на 6,6%;
- положительная улучшилась на 40%;
- заниженная самооценка снизилась на 33,3%;

Исследования родителей на контрольном этапе эксперимента, показало (рисунок 9): 18 (60 %) родителей поняли и исправили свое отношение к ребенку, и стали уделять ребенку достаточное количество времени, что в группе, детей с положительной самооценкой стало 80 %.

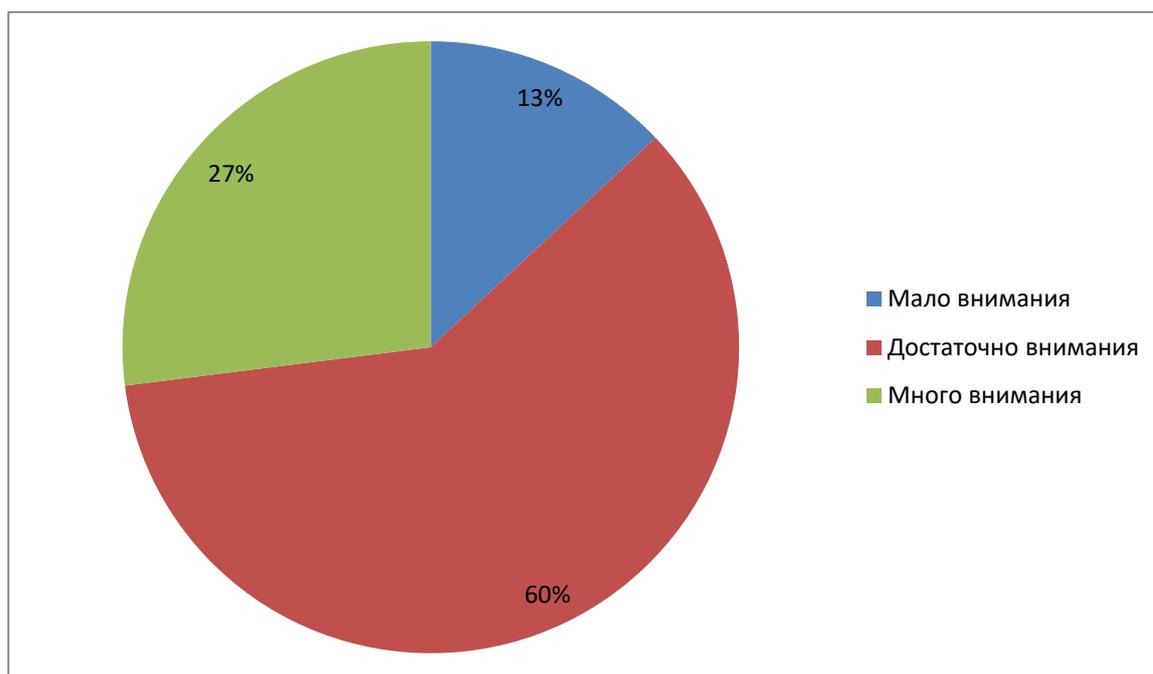


Рисунок 9 – Итоги методики для родителей «Мера заботы» (контрольный этап)

Исследование уровня самооценки показало существенные изменения в численных и качественных аспектах формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

Исследование на экспериментальной основе выявило, что для детей средней дошкольной группы крайне значимо общение с ровесниками, членами семьи и воспитателями. Это возможно посредством предложенных игр и упражнений. Кроме того, необходимо принять во внимание уникальность каждого ребенка и типологию семей воспитанников.

Выводы по второй главе

Практическая часть нашего исследования проводилась на базе МАДОУ «ДС №85 «Калейдоскоп»» города Челябинска, среди 30 детей среднего дошкольного возраста и 30 родителей (от 24 до 37 лет).

В соответствии с первой задачей практической части нашего исследования были подобраны следующие методики для исследования уровня самооценки детей среднего возраста: методика «Лесенка» (модификация методики В.Г. Щур, С.Г. Якобсон), рисуночная методика «Автопортрет» Р. Бернс, а так же методика для родителей «Мера заботы».

На основе полученных данных мы провели диагностику и пришли к выводу, что почти у 50% испытуемых наблюдается неадекватный уровень самооценки – либо завышенный, либо заниженный. Эти дети были включены в коррекционную группу, а 56 % родителей слишком мало или слишком много уделяют своему ребенку внимания, что плохо влияет на самооценку ребенка.

Для решения второй задачи исследования на этапе формирования эксперимента была разработана программа коррекционного - развивающего воздействия для повышения уровня самооценки у детей среднего дошкольного возраста. Программа включала коррекцию восприятия собственного «Я», развитие позитивной самооценки, исправление восприятия себя в социальных контактах и отношении к окружающим. Основным методом работы был системный подход,

направленный на выявление психологических особенностей, структурных компонентов самооценки и особенностей её проявления у детей этого возраста.

Цель программы заключалась в формировании положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста. Программа включала 15 основных тем с 1-2 занятиями в каждой, всего проводилось по два занятия в неделю и в общей сложности, было проведено 15 занятий.

Одновременно с этим проходили групповые консультации и беседы для родителей и педагогов, посвященные формированию положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

На контрольном этапе эксперимента мы повторили использованные методики, проанализировали и сравнили результаты двух этапов.

Мы пришли к заключению, что после проведенной работы в коррекционной группе 80% детей показали адекватный уровень, положительную самооценку, а 60 % родителей исправили свое отношение к ребенку.

Таким образом, экспериментальная работа подтвердила, что система мероприятий, направленная на формирование умения адекватно оценивать свою деятельность, способствует развитию положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Решая первую задачу исследования, рассмотрели теоретические аспекты формирования положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста, дали характеристику понятию «самооценка» в психолого-педагогической литературе. Можем отметить, что анализ психолого-педагогической литературы указывает на то, что самооценка является одним из ключевых факторов, влияющих на детское поведение. Исследователи, (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Е.О. Смирнова, Л.П. Почеревина, С.Г. Якобсон, Т.А. Репина, Р.Б. Стеркин, Е.А. Архипова, Ф.В. Костылев, М.Б. Розенберг, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, А.В. Петровский, Л.В. Бородина, Г.С. Абрамова) рассматривали это явление под различными углами. В результате существует множество трактовок понятия «самооценка», но все они подчеркивают, что она является важным элементом формирования самосознания, что самооценка определяется осознанием человека самого себя, своих физических и интеллектуальных способностей, поступков, манер поведения, а также отношением с окружающими людьми.

Ученые не пришли к единому определению самооценки, но все отмечают ее важность в становлении личности.

Выделяются три категории самооценки: положительная, завышенная и заниженная. Важно отметить, что у детей среднего дошкольного возраста самооценка, во-первых, ещё недостаточно развита и подвержена искажению, а во-вторых, сильно зависит от мнений родителей и педагогов.

Решая вторую задачу, выявить особенности формирования самооценки детей среднего дошкольного возраста, проанализировав психолого-педагогическую литературу, выявили что она свидетельствует о том, что в среднем дошкольном возрасте самооценка ребенка только начинает формироваться и во многом зависит от оценки окружающих взрослых. Дети 4-5 лет начинают осознавать социальное значение своих

поступков, поэтому этот период особенно важен для формирования положительной самооценки. Важно учить ребенка контролировать свои действия и поступки, так как эти навыки способствуют развитию положительной самооценки и, как следствие, успешному взрослению.

Решая третью задачу исследования, выявили условия, оказывающие, по-нашему мнению, наибольшее влияние на формирование положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста:

- педагогическое взаимодействие с семьей по формированию положительной самооценки;
- повышение профессиональной компетентности педагогов по формированию положительной самооценки дошкольников;
- создание на занятиях атмосферы комфорта и поддержки детей среднего дошкольного возраста.

Таким образом, родителям рекомендуется организовывать для детей подвижные игры, способствующие росту самооценки, занятия, способствующие творческому развитию, а так же тесно взаимодействовать с дошкольными учреждениями. Важно давать детям возможность гордиться своими достижениями, поощрять их и совместно проводить время. Родители также должны быть уверенными в себе и своих силах.

Педагогам следует активно и целеустремленно работать над формированием самооценки у дошкольников. Нужно повышать свою компетентность в этой области, что подразумевает наличие знаний и опыта, необходимых для педагогической деятельности.

Таким образом, процесс формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста, будет осуществляться при повышении профессиональной компетентности педагогов по формированию положительной самооценки дошкольников, педагогическом взаимодействии с семьей и создании на занятиях атмосферы комфорта и поддержки.

В практической части нашего исследования мы изучили особенности формирования самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

Практическая часть нашего исследования проводилась на базе МАДОУ «ДС №85 «Калейдоскоп»» города Челябинска, среди 30 детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) и 30 родителей (от 24 до 37 лет). В соответствии с третьей задачей нашего исследования, в практической части нашего исследования были подобраны следующие методики для исследования уровня самооценки детей среднего возраста: методика «Лесенка» (модификация методики В.Г. Щур, С.Г. Якобсон), рисуночная методика «Автопортрет» Р. Бернс, и методика для родителей «Мера заботы».

На основе полученных данных мы провели диагностику и пришли к выводу, что почти у 60% детей наблюдается неадекватный уровень самооценки – либо завышенный, либо заниженный. Эти дети были включены в коррекционную группу, а 56 % родителей слишком мало, или слишком много уделяют воспитанию ребенка времени, что плохо влияет на развитие положительной самооценки ребенка.

На формирующем этапе, в соответствии с четвертой задачей нашего исследования, для детей и родителей была реализована коррекционно-развивающая программа, направленная на корректировку уровня самооценки с использованием системного подхода. Программа включала 15 занятий, направленных на выявление психологических особенностей личности и структурных компонентов самооценки, а также изучение проявлений самооценки, коррекцию восприятия собственного «Я», развитие позитивной самооценки, исправление восприятия себя в социальных контактах и отношении к окружающим. Так же педагогическому взаимодействию с семьей и повышению профессиональной компетентности педагогов.

Цель программы заключалась в формировании положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста. Программа включала 15 основных тем с 1-2 занятиями в каждой, всего проводилось по два занятия в неделю и в общей сложности, было проведено 15 занятий. Одновременно с этим проходили групповые консультации и беседы для родителей и педагогов, посвященные формированию положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста.

Решая последнюю задачу исследования, на контрольном этапе эксперимента мы повторили использованные методики, проанализировали и сравнили результаты двух этапов, выявили эффективность проведенных коррекционно-развивающих мероприятий.

Следовательно, данные исследования контрольной группы детей, показали следующие результаты:

- завышенная самооценка увеличилась на 40 %;
- положительная снизилась на 27 %;
- заниженная самооценка уменьшилась на 7 %.

В экспериментальной группе детей, результаты были улучшены:

- завышенная самооценка уменьшилась на 6,6%;
- положительная улучшилась на 40%;
- заниженная самооценка снизилась на 33,3%;

Исследования родителей на контрольном этапе эксперимента, показало, что 60 % родителей поняли и исправили свое отношение к ребенку, и стали уделять ребенку достаточное количество времени, что положительно повлияло на детей и уровень самооценки. В группе среднего дошкольного возраста, стало 80 % детей с положительной самооценкой.

Таким образом, в ходе исследовательской работы задачи решены, цель исследования достигнута, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н. Роль матери и отца в развитии ребенка: Советы психолога / Авдеева Н. // Дошкольное воспитание. – 2005. – №3. – С. 101-106.
2. Авдеева Н.Н. Развитие представлений о самом себе у ребенка от рождения до 7 лет / Авдеева Н.Н., Силвестру А.И., Смирнова Е.О. // Воспитание, обучение и психологическое развитие. – Москва: АСТ-пресс, – 1997. – С . 214.
3. Авдулова Т. П. Психология подросткового возраста: учебник и практикум для вузов / Т. П. Авдулова. – Москва: Издательство Юрайт, – 2023. – С. 394 – (Высшее образование). – ISBN 978-5-9916-9438-4.
4. Авдулова Т. П., Особенности самооценки и склонность к конформизму у дошкольников / Т. П. Авдулова, О. В.Кузнецова // Психологические исследования. – 2021. – № 8. – С. 59 – 62.
5. Авдулова Т.П. Особенности самооценки и склонность к конформизму у дошкольников / Авдулова Т.П., Кузнецова О.В. // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2008. – №1. – URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 22.07.2024).
6. Ананьев В.Г. К постановке проблемы развития детского самосознания // Изв. АПН РСФСР. – Москва: – 1948. – Выпуск 18. – С. 101-124.
7. Андреев В. И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности / В. И. Андреев. – Казань: Изд-во КГУ, 2018. – С. 236 .
8. Базюкина Е.В. формирование навыков адекватной самооценки у учащихся начальной школы//Электронный журнал Социальные отношения. – 2019. – №2. – С.33-47. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=38515409> (дата обращения: 18.04.2024).
9. Белановская О.В. Диагностика и коррекция самосознания дошкольников / Белановская О.В. – Минск, – 2004. – С. 148.

10. Белобрыкина О. А. Влияние социального окружения на развитие самооценки старших дошкольников / О. А. Белобрыкина // Вопросы психологии. – 2021. – № 4. – С. 31-38.
11. Белобрыкина О. А. Психологическая диагностика самооценки детей старшего дошкольного возраста / О. А. Белобрыкина. – Новосибирск: ГЦРО, – 2020. – С. 132.
12. Бернс Р. Развитие Я – концепции и воспитание / Р. Бернс. – Москва: «Прогресс», – 1986. – С. 422.
13. Богданова Н. А. Психологические трудности развития Я – идентичности младших дошкольников : автореф. дис. канд. псих.наук 19.00.13 / Н. А. Богданова Тульский государственный университет. – Тула, 2021. – С. 42.
14. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – Москва: АСТ, – 2010. – С. 446.
15. Болотова А. К. Развитие самосознания личности: Временной аспект / А. К. Болотова // Вопросы психологии. – 2019. – № 2. – С. 116-125.
16. Бороздина Л. В. Что такое самооценка? / Л. В. Бороздина // Психологический журнал. – 2018. – № 4. – С. 54-55.
17. Бороздина Л.В. Притязания и самооценка / Л.В. Бороздина, Л.И. Вединская // Школьный психолог. – 2015. – №3. – С.15 – 18.
18. Борякова Н. Ю. Педагогические системы обучения и воспитания детей / Н. Ю. Борякова. – Москва: АСТ: Астрель, – 2019. – С. 222.
19. Васильева М. И. Психолого-педагогические основы формирования самооценки у детей дошкольного возраста. – Санкт-Петербург: Питер, – 2019.
20. Васина Е.Н. Новый прием и средство развития самосознания ребенка / Е.Н. Васина // Школьные технологии. – 2006. – № 5. – С. 146 - 149.
21. Волков Б. С. Дошкольная психология / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва: Академический проект, – 2018. – С. 287.

22. Головин С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, – 2020. – С. 800.
23. Детская практическая психология / Под ред. Марцинковской М.Д. – Москва: Владос, – 2000. – С. 345.
24. Доронина Р. Д. Теоретические основы изучения самооценки в психологической литературе: этапы становления и факторы, влияющие на развитие самооценки / Р. Д. Доронина // Студенческий вестник. – 2019. – № 17-1(67). – С. 42-46.
25. Емельянова М. Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М. Н. Емельянова // Ребенок в детском саду. – 2022. – №4. – С. 29-33.
26. Зайцев Д.В. Социологический анализ современной семьи / Д.В. Зайцев // Дефектология. – 2001. – №6. – С. 3-10.
27. Захарова А.В. Психология формирования самооценки. - Минск, 1993. – 100, С. 112.
28. Иващенко А.В. Проблемы Я – концепции личности в отечественной психологии / Иващенко А.В. // Мир психологии. – 2002. – №2. – С. 17–29.
29. Краснощекова Н. В. Диагностика и развитие личностной сферы детей старшего дошкольного возраста / Н. В. Краснощекова. – Ростов: Феникс, 2021. – С. 299.
30. Кузовкова Ю. С. Профессиональное и личностное самоопределение в старшем дошкольном возрасте / Ю. С. Кузовкова // Казанский педагогический журнал. – 2020. – № 7. – С. 37 – 41.
31. Кукуляр А. М., Охотникова Л.Г. Исследование особенностей влияния стиля воспитания на самооценку младшего школьника // *Akademička psychologie*. – 2019. – №1. – С.34-39. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37086321> (дата обращения: 12.06.2024).

32. Курбатова И. А. Изучение самооценки как актуальное направление психолого-педагогических исследований / И. А. Курбатова. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-samoostenki-kak-aktualnoe-napravlenie-psihologo-pedagogicheskikh-issledovaniy>(дата обращения 14.05.2024).
33. Курочкина И. В. Поведенческая компетенция воспитателя // И. В. Курочкина. Дошкольное воспитание. – 2021 . – №8 . – С. 85-87.
34. Лебедеко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Какой Я? Методическое руководство / Е.Н. Лебедеко. – Москва: Книголюб, – 2003. – С. 64.
35. Леонтьев А. Н. К теории развития психики ребенка / А. Н. Леонтьев.– Москва, – 1981. – С. 584.
36. Ломтева Т.А. Большие игры маленьких детей. Учимся понимать своего ребенка – Москва: Дрофа-Плюс, – 2005.
37. Мамаева В. Экспертная оценка в детском саду / В. Мамаева // Обруч. – 2004. – №5 – С. 12-15.
38. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И.М. Марковская. – СПб.: Речь, 2005. – С. 150.
39. Молчанов С. В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата / С. В. Молчанов. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – С. 352 – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16443-5. // Образовательная платформа Юрайт. – URL: <https://urait.ru/bcode/531072> (дата обращения 25.06.2024).
40. Молчанова О. Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования / О. Н. Молчанова. – Москва: Флинта, – 2020. – С. 392.
41. Немов Р. С. Психология / Р. С. Немов. – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, – 1995. – С. 507.
42. Немов Р.С. Психология; М.: Просвещение – Москва, – 1995. – С.167.

43. Никитина О.В. К вопросу о влиянии разновозрастной группы детского сада на формирование самооценки у детей дошкольного возраста /О.В. Никитина // XIII Машеровские чтения: сб. материалов международной науч. – практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, (Витебск, 18 октября 2019г.) – Витебск, 2019. – С. 283-285. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41594718> (дата обращения 28.04.2024).
44. Парфёнова А.Н. Развитие социальной уверенности. Коррекционно-развивающая программа. М.: ГИТИС, – 2015. – С. 251.
45. Пушкина Т. Ф. Взаимосвязь самооценки, уровня притязаний и тревожности личности современного подростка / Т. Ф. Пушкина, Е. С. Потапова. // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 67-3. – С. 312-315. – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_42964009_61088845.pdf (дата обращения 24.05.2024).
46. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Сарджвеладзе Н.И. – Тбилиси, 1999. – С. 162.
47. Сидоров К.Р. Самооценка в психологии / К.Р. Сидоров // Мир психологии. – 2006. – №2. – С. 224 – 234.
48. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Соколова Е.Т. - Москва: Изд-во МГУ, – 1999. – С. 125.
49. Степанова Г. Социальное развитие дошкольника и его педагогическая оценка в условиях детского сада / Степанова Г. // Дошкольное воспитание. – 1999. – №10. – С. 29-33.
50. Суверова Э.И. Самооценка в дошкольном возрасте / Суверова Э.И. – <http://www.psi.lib.ru/detsad/sbor/saodshv.htm> (дата обращения 10.06.2024).
51. Уманец Л. И. От самооценки в игре – к познанию себя / Л. И. Уманец // Дошкольное воспитание. – 2021. – № 4. – С. 20-21.

52. Уманец Л.И. Влияние оценки группы на самооценку ребенка-дошкольника в игровой деятельности / Уманец Л.И. – В сб.: Психология. – К.: Радянська школа, – 1990, – С. 131.
53. Урунтаева Г. А. Диагностика психологических особенностей дошкольника / Г. А. Урунтаева. – Москва: Академия, – 1999. – С. 200.
54. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (с изменениями и дополнениями от 21 января 2019 44 г.). – Режим доступа: URL: <https://base.garant.ru/70512244/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>
55. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2012) «Об образовании в Российской Федерации» – Режим доступа: URL: httpqs://consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
56. Федорова Л. В. Современные методы работы с дошкольниками по формированию самооценки. – Москва: Академкнига, 2020.
57. Феннел М. Как повысить самооценку / М. Феннел. – Москва: АСТ, 2010. – С. 296.
58. Фромм А. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации / А. Фромм. – Екатеринбург: АРД ЛТД, – 2009. – С. 21.
59. Шавшаева Л. Ю. Педагогическое сопровождение формирования игровой деятельности старших дошкольников в процессе игровой деятельности / Л. Ю. Шавшаева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2020. – № 4. – С. 291 – 295.
60. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи. / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий – СПб.: Питер, 1990 – С.656.
61. Якобсон С.Г. Адекватная самооценка как условие нравственного воспитания дошкольников / С.Г. Якобсон, Г.И. Морева // Вопросы психологии. – 1983. – №8. – С. 55–61.

62. Ярушина И.П. Программа социально–психологической коррекционно-развивающей работы с детьми / И.П. Ярушина // Школьный психолог. – 2018. – № 6. – С.5 – 9.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика «Лесенка»

(в модификации С.Г. Якобсон, В.Г. Щур)

(Щур В.Г. Методика изучения представления ребенка об отношениях к нему других людей. / Психология личности. Теория и эксперимент.- Москва, – 1982)

Цель: определить особенности самооценки детей среднего дошкольного возраста и представлений о том, как его оценивают другие люди (когнитивную составляющую самооценки).

Диагностическое оборудование: картинка с изображением лестницы, состоящей из 7 ступенек; вырезанные из бумаги фигурки мальчика и девочки.

Процедура проведения: Методика проводится индивидуально. Ребёнку предъявляется рисунок лесенки и зачитывается инструкция.

Инструкция: «Это волшебная лесенка». Давай представим с тобой, что, на ней располагаются все ребята: на верхней ступеньке – самые лучшие дети, на следующей – тоже хорошие, но всё-таки чуть-чуть похуже. Чем ниже по лесенке – тем хуже дети (показывает рукой). Посередине – так себе ребятки, не хорошие и не плохие. На последней, самой низкой ступеньке – самые плохие дети. Запомнил? Сможешь повторить?»

После того, как психолог убедился, что ребёнок правильно понял и запомнил инструкцию, он последовательно задаёт ребёнку следующие вопросы:

- на какую ступеньку ты себя поставишь?
- почему? *
- на какую ступеньку тебя поставит мама? папа?
- почему? *
- как ты думаешь, на какую ступеньку тебя поставит

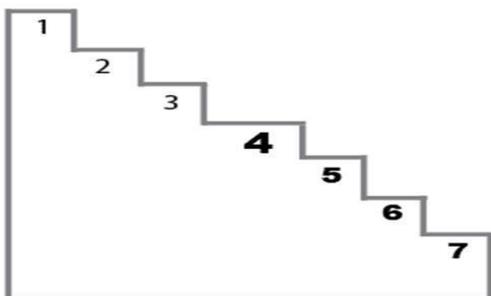
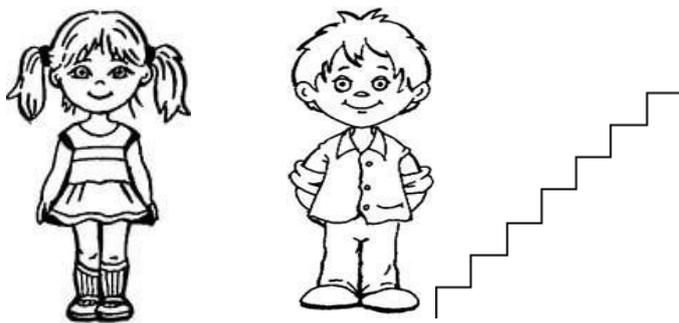
воспитательница?

Воспитательницу следует назвать по имени и отчеству. Если в группе две воспитательницы, то вопросы желательно задать о каждой.

2. Почему? *

Ответы детей фиксируются в протоколах.

*Примечание: если ребёнок затрудняется в ответах на вопросы «Почему?», то не следует настаивать. Однако необходимо повторять этот вопрос во всех требуемых случаях.



Обработка и интерпретация результатов:

Количественный анализ:

- Высокая самооценка – ступенька 7.
- Возрастная норма (положительная) – ступеньки 4, 5, 6.
- Заниженная самооценка – ступеньки 2, 3.
- Низкая самооценка – ступенька 1.

Качественный анализ:

1. Благоприятный вариант – если дети считают, что взрослые поставят их на одну из верхних ступенек лестницы, а сами себя ставят на одну

ступеньку ниже. Такой результат свидетельствует о том, что дети, чувствуя поддержку и принятие со стороны взрослых, умеют уже достаточно реалистично посмотреть на себя.

2. Неблагоприятный вариант – дети ставят себя на ступеньках выше, чем, по их мнению, поставили бы взрослые. Такой выбор свидетельствует об осознании ребёнком неприятия со стороны взрослого и негативном противопоставлении оценке взрослого собственной оценке. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит воспитательница?» - помещение на одну из нижних ступенек нормально и может служить доказательством адекватной самооценки, особенно в том случае, если ребёнок действительно плохо себя ведёт и часто получает замечания от воспитателя.
3. Положение на любой из нижних ступенек говорит не о положительной самооценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах.
4. Если дети ставят себя на ту же ступеньку, на которую, по их мнению, могут поставить их взрослые, то это свидетельствует:
 - а) об инфантилизме (все ответы – «на верхнюю ступеньку», не может ответить на вопрос «почему?»);
 - б) о «компенсирующей самооценке» (желаемое выдаётся за действительное). Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку – ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Протокол 1

«Уровень самооценки детей 4-5 лет – контрольной группы», метод
«Лесенка»

№	Фамилия, имя ребенка	Возраст	Расположения на ступеньках				
			Сам ребенок	Мама	Папа	Воспитатель	Друг
1	Ребенок 1	4л.	2	2	1	4	1
2	Ребенок 2	4 л.	4	5	4	3	4
3	Ребенок 3	4 л.	4	5	4	4	3
4	Ребенок 4	5 л.	5	4	3	4	4
5	Ребенок 5	4 л.	1	2	1	3	1
6	Ребенок 6	4 л.	7	7	7	7	7
7	Ребенок 7	5 л.	4	5	4	4	3
8	Ребенок 8	4 л.	4	5	5	4	4
9	Ребенок 9	4 л.	2	2	2	3	2
10	Ребенок 10	4 л.	4	5	4	5	4
11	Ребенок 11	4 л.	7	6	5	6	5
12	Ребенок 12	4 л.	4	6	4	2	1
13	Ребенок 13	4 л.	4	4	5	4	4
14	Ребенок 14	4 л.	6	7	6	7	6
15	Ребенок 15	4 л.	6	7	6	5	5

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Протокол 2

«Уровень самооценки детей 4-5 лет – экспериментальной группы», метод
«Лесенка»

№	Фамилия, имя ребенка	Возраст	Расположения на ступеньках				
			Сам ребенок	Мама	Папа	Воспитатель	Друг
1	Ребенок 16	5 л.	4	5	6	5	4
2	Ребенок 17	5 л.	5	6	6	4	5
3	Ребенок 18	4 л.	6	6	7	6	6
4	Ребенок 19	4 л.	5	5	4	5	4
5	Ребенок 20	4 л.	5	6	6	4	6
6	Ребенок 21	5 л.	4	5	5	4	5
7	Ребенок 22	4 л.	7	7	7	7	7
8	Ребенок 23	4 л.	7	7	7	7	7
9	Ребенок 24	4 л.	4	4	4	4	4
10	Ребенок 25	4 л.	4	5	3	4	5
11	Ребенок 26	5 л.	5	5	5	6	4
12	Ребенок 27	4 л.	7	6	5	6	5
13	Ребенок 28	5 л.	4	5	4	3	4
14	Ребенок 29	4 л.	6	7	6	5	5
15	Ребенок 30	4 л.	6	7	6	6	6

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Тест «Рисунок – автопортрет», адаптация Р. Бернса

В структуре самосознания личности обычно выделяют главные компоненты: когнитивный (образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости и т. д.) и эмоциональный (самоотношение, самооценка и т. д.). Иногда эти составляющие рассматривают как собственно самосознание и самоотношение, интегрируя их в рамках Я - концепции, адекватное формирование которой является условием для оптимальной адаптации человека к социальному окружению.

В то же время важнейший вопрос о том, как человек формирует то или иное представление о себе, на основе каких эталонов, суждений, умозаключений, образов, при всей громадной значимости и большом интересе к нему остается все еще малоизученной проблемой.

Для практического изучения особенностей самосознания, самоотношения, самооценки личности служит тест «Автопортрет».

Тест адаптирован Р. Бернсом (США), который предлагал нарисовать себя одного или с членами семьи, коллегами по работе. «Вы можете прийти домой, закричать или заплакать, – пишет Р. Бернс, – но вы не можете сделать это на работе. Все это отразится в вашем рисунке».

Инструкция: нарисуйте самого себя в полный рост

Элементы, которые могут быть обнаружены в автопортрете, трактуются следующим образом.

Голова. Рисунок большой головы обычно предполагает большие интеллектуальные претензии или недовольство своим интеллектом. Рисунок маленькой головы обычно отражает чувство интеллектуальной или социальной неадекватности.

Глаза. Большие глаза на рисунке предполагают подозрительность, а также проявление озабоченности и гиперчувствительности по отношению к общественному мнению. Маленькие или закрытые глаза обычно

предполагают самопоглощенность и тенденцию к интроверсии.

Уши и нос. Большие уши предполагают чувствительность к критике. Акцент, смещенный на нос, предполагает наличие сексуальных проблем. Выделенные ноздри свидетельствуют о склонности к агрессии.

Рот. Выделенный рот предполагает примитивные оральные тенденции или возможную затрудненность с речью. Отсутствие рта означает либо депрессию, либо вялость в общении.

Руки. Символизируют контакт личности с окружающим миром. Скованные руки предполагают жесткую, обязательную, замкнутую личность. Вяло, опущенные руки предполагают неэффективность. Хрупкие, слабые руки - физическую или психологическую слабость. Длинные, сильные руки предполагают амбициозность и сильную вовлеченность в события внешнего мира. Очень короткие руки предполагают отсутствие амбициозности и чувство неадекватности.

Ноги. Длинные ноги означают потребность в независимости. Большие ноги подразумевают нестабильность и отсутствие основы. Дезертиры, например, часто рисуют людей без ног.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Методика для родителей «Мера заботы»

Инструкция: известно, что многие нарушения в поведении и развитии ребенка связаны с недостаточным вниманием к нему родителей. Однако, как считают психологи, чрезмерная опека может оказаться опасна так же, как и ее недостаток. Этот тест поможет Вам разобраться, насколько верна Ваша воспитательная позиция. Перед Вами 15 утверждений. На первый взгляд, может показаться, что не все они имеют отношение к воспитанию. Тем не менее, против каждой фразы отметьте число баллов, соответствующие вашему суждению по данному вопросу.

- 1 балл. «Категорически не согласен»
- 2 балла. «Я не спешил бы с этим согласиться»
- 3 балла. «Это, пожалуй, верно»
- 4 балла. «Совершенно верно, я считаю именно так»

1. Родители должны предвидеть все проблемы ребенка, чтобы помочь ему их преодолеть.

2. Для хорошей матери достаточно общения только с собственной семьей.

3. Маленького ребенка следует всегда крепко держать во время мытья, чтобы он не упал и не ушибся.

4. Когда ребенок делает то, что обязан, он находится на правильном пути и благодаря этому будет счастлив.

5. Хорошо, если ребенок занимается спортом. Но спортивными единоборствами ему заниматься не следует, так как это чревато физическими увечьями и нарушениями психики.

6. Воспитание – это тяжелый труд.

7. У ребенка не должно быть тайн от родителей.

8. Если мать не справляется со своими обязанностями по отношению к детям, это, скорее всего, означает, что отец плохо выполняет свои

обязанности по содержанию семьи.

9. Материнская любовь не может быть чрезмерной: любовью ребенка не испортишь.

10. Родители должны ограждать ребенка от негативных сторон жизни.

11. Не следует приучать ребенка к рутинной домашней работе, чтобы он не потерял охоту к любой работе.

12. Если бы мать не руководила домом, мужем, детьми, все происходило бы менее организованно.

13. В рационе семьи все самое вкусное и полезное должно в первую очередь доставаться ребенку.

14. Лучшая защита от инфекционных заболеваний – ограничение контактов с окружающими.

15. Родители должны активно влиять на то, кого из сверстников выбирает ребенок себе в друзья.

Обработка результатов: Если вы набрали свыше 40 баллов, то Вашу семью, вероятнее всего, можно назвать детоцентристской. То есть интересы ребенка – главный мотив Вашего поведения. Такая позиция достойна одобрения. Однако у Вас она несколько заострена. Психологи называют это чрезмерной опекой. В подобных семьях взрослые все выполняют за ребенка, стремятся оградить его от мнимых опасностей, заставляют следовать своим требованиям, суждениям, настроениям. В результате у ребенка формируется пассивная зависимость от родителей, которая по мере взросления все более препятствует личностному росту. Вам следовало бы больше доверять своему ребенку, верить в него, прислушиваться к его собственным интересам, ведь верно замечено: «Воспитывать детей – значит учить их обходиться без нас».

От 25 до 40 баллов. Вашему ребенку не грозит стать распущенным и избалованным, поскольку вы уделяете ему достаточное, но не чрезмерное

внимание. Постарайтесь сохранить этот уровень отношений.

Если Вы набрали менее 25 баллов, то Вы явно недооцениваете себя как воспитателя, слишком полагаетесь на случай и благоприятное стечение обстоятельств. Проблемы в деловых и супружеских взаимоотношениях часто отвлекают Ваше внимание от ребенка. А он вправе ожидать от вас большого участия и заботы!

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Фрагмент коррекционно-развивающей программы

Тема 1: «Знакомство».

Игра: «Кто в теремочке живёт?». Цель: Познакомить детей друг с другом и ведущим. Описание: Дети стоят в кругу (изображают теремок).

Ведущий бежит за кругом со словами:

Стоит терем – теремок

Из трубы идёт дымок,

Бежит мимо лисичка,

Хитрая сестричка.

Остановилась и спрашивает:

Кто-кто в теремочке живёт?

Кто-кто в невысоком, живёт? (Гладит по голове одного из играющих).

Ребенок должен назвать свое имя, а ведущий называет своё имя, отчество. В конце игры ведущий называет по имени каждого ребёнка.

У детей, обычно, вызывает затруднение быстро запомнить имя, отчество взрослого. Тактильный контакт (поглаживание по голове или по спине) и многократное проговаривание способствуют быстрому запоминанию имени и отчества ведущего, который в свою очередь, запоминает всех детей, участвующих в игре. Если ведущий не запомнил имени ребёнка, он может, продолжая игру, подойти к ребёнку столько раз, чтобы достаточно хорошо запомнить имена всех детей.

Игра с мячом «Меня зовут». Цель: Познакомить детей друг с другом. Описание: Дети сидят в кругу, широко расставив ноги, и перекатывают мячик от одного к другому.

а) Тот, у кого оказался мяч, должен назвать своё имя.

б) Тот, у кого оказался мяч, должен назвать своё имя и имя того, кому мячик передает.

Игра с мячом «Я назову всех». Цель: Развитие внимания и памяти детей. Описание: Дети сидят на коленках и перекатывают мяч или передают его из рук в руки. У кого оказался мяч, должен назвать всех по кругу. Если ребенок кого-то забыл, как его зовут, мячик передается тому ребенку, чье имя не назвали. Тот громко называет свое имя и игра продолжается.

Само движение мячика активизирует непроизвольное внимание, а то, что он может попасть к любому из детей, мобилизует также и произвольное внимание. Кроме того, внимание играющих детей направляется каждый раз на того, у кого оказался мяч, и неоднократное повторение имен участников способствует быстрому их запоминанию. Это снижает тревожность и повышает уверенность в себе, т.к. запоминание происходит в непринужденной игровой форме.

Тема 2: «Наши органы чувств».

Игра «Сигнал». Цель: Настроить детей на восприятие друг друга, развитие тактильной чувствительности. Описание: Дети встают в круг, взявшись за руки. Ведущий передает нажатием руки ребёнка, стоящего справа, «сигнал». Получивший одной рукой "сигнал", ребенок передает такой же «сигнал» другой рукой соседу и так по кругу, пока «сигнал» не добежит до ведущего. Затем «сигнал» передается в другую сторону.

В зависимости от возраста детей игру можно усложнять:

- а) передавать «сигнал», состоящий из двух и более нажимов руки;
- б) передавать «сигнал» с закрытыми глазами.

Тактильный контакт позволяет настроить детей на принятие друг друга. Подчеркивается необходимость каждого ребенка (звена общей цепочки). Происходит энергетическое объединение группы. Если у ребенка не получается: передать «сигнал», значит ребенок излишне зажат или не может сосредоточиться. Его можно «подремонтировать» погладить по спинке, или предложить ему потереть руки. Потереть руки можно

предложить всей группе, когда «сигнал» упорно не проходит или проходит в искаженном виде (передавали 3 – получили – 5 или наоборот).

Игра «Четыре стихии». Цель: Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов. Описание: Дети сидят на стульчиках по кругу. По команде ведущего дети выполняют определенное движение руками.

КОМАНДА	ДВИЖЕНИЕ
«Земля»	Опускают руки вниз.
«Вода»	Вытягивают руки вперед.
«Воздух»	Поднимают руки вверх.
«Огонь»	Вращают руками в локтевых и лучезапястных суставах.

Дидактическая игра «Посылка от обезьянки».

Цель: Показать роль наших органов чувств в познании окружающего мира. Описание: Обезьянка нам прислала посылку, а что в ней находится, вы должны догадаться. Показывает мешочек, в котором находятся фрукты: банан, яблоко, груша, виноград (любые фрукты, которые можно достать по возможности). Дети должны по очереди просунуть руку в мешочек и на ощупь определить какой-то один фрукт. Ведущий спрашивает: «С помощью чего вы узнали, что находится в мешке?».

С помощью руки, так как наша рука может чувствовать любой предмет. Когда вы достали, то увидели цвет и форму. С помощью чего? Глаз. Глаза - тоже наши органы чувств, которые помогают узнавать предметы.

Далее можно отгадать фрукты по запаху (например, яблоко и банан) – еще один помощник в узнавании предметов – это нос, он ощущает запахи.

А теперь сравните эти фрукты на вкус (отрезать по кусочку каждого фрукта), что можно сказать о банане? – Он сладкий, мягкий.

Яблоко – кисло – сладкое, сочное, твердое.

Как мы узнали?

На вкус, который мы ощущаем ртом.

Очень хорошую посылку нам прислала обезьянка. Мы смогли их, и пощупать, потрогать, рассмотреть, понюхать и попробовать.

Игры на переключение внимания.

Игра «Что мы слышим». Цель: Развивать умение быстро сосредоточиться. Описание: Ведущий предлагает детям послушать, как тикают часики в комнате. Затем послушать звуки за окном, за дверью.

Игра «Послушай и сосчитай». Цель: Развитие слухового внимания. Описание: Дети закрывают глаза. Ведущий хлопает в ладоши или ударяет в бубен. Дети должны сосчитать удары.

При выключенном зрительном анализаторе слуховое внимание развивается более эффективно.

Игра «Будь внимателен». Цель: Стимулирование внимания: обучение быстрому и точному реагированию на звуковой сигнал. Описание: Ведущий говорит: «Сегодня мы отправимся в воображаемый зоопарк. Раз, два, три – в зоопарке мы, а в нашем зоопарке живут...»

Ведущий дает свисток:

свисток – дети показывают движения аиста;

свистка – движения ворон или лягушек;

свистка – идут по кругу.

Самые внимательные отмечаются.

Игровая ситуация побуждает детей к максимальному слуховому сосредоточению. Дети, двигаясь в ограниченном пространстве игровой комнаты, учатся не толкаться, считаться друг с другом, внимательно относиться к другим, так например, выполняя движение «лягушек», необходимо зафиксировать внимание детей на том, чтобы не наступить друг другу на руки.

Тема 3: «Язык жестов».

Этюды на выразительность жеста

Цель: Развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений рук и адекватного использования жеста.

Этюд «Заколдованный ребенок».

Описание: Ребенка заколдовали, он не может говорить, на вопросы отвечает жестами, показывает на различные предметы и указывает направления: оделся, поел, вымыл руки, пошел и т.п.

Этюд «Вот он какой».

Описание: Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. Он воспроизводит отчетливые жесты, которые характеризуют предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий, длинный, короткий и т.п.

Этюд «Тише!»

Описание: Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Они, то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу «Тише!».

Выразительные движения. Шея вытянута вперед, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови «идут вверх».

Этюд «Отдай».

Описание: Ребенок требует отдать игрушку.

Выразительные движения. Кисти рук держать горизонтально, ладонями кверху.

Этюд «Ты ко мне».

Описание: Мальчик (девочка) манит к себе малышку, которая учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения. Присесть, обе руки вытянуты навстречу малышу.

Этюд «До свидания».

Описание: От пристани отходит огромный белый теплоход.

Провожающие, глядя на стоящих, на палубе моряков и пассажиров, машут им высоко поднято рукой: «До свидания!» «До встречи!».

Этюд «Не покажу».

Описание: Мама подарила девочке маленькое зеркальце, чтобы она могла пускать солнечные зайчики. Дети обступили девочку, просят показать, какое оно. Но девочка, прижав ладонями зеркальце к груди, и расставив локти, вертится из стороны в сторону: «Не покажу».

Этюд «Игра в снежинки»

Описание. Зима. Дети в саду играют в снежки.

Выразительные движения. Нагнуться, схватить двумя руками снег, распрямиться и бросить снежок резким коротким движением, широко раскрыв пальцы.

Игра «Кто это». Цель: Научить детей по характерным движениям и жестам узнавать животных. Описание: Дети сидят по кругу.

Ведущий раздает карточки, на которых нарисованы животные. Рисунки животных повторяются на двух карточках. Карточки никому не показываются. Ребенок начинает показывать движениями и жестами животное, изображенное на его карточке. Тот ребенок, у которого карточка с таким же животным, должен молча выйти и встать рядом с ребенком, изображающим животное. Теперь он показывает животное, изображенное на карточке. Все дети угадывают. Если правильно угадали, дети, изображающие животных, показывают свои карточки.

Пантомимика. Цель: Развитие пантомимики, изучение выразительных движений. Описание. Ведущий просит детей показать, как ведет себя человек в разных ситуациях:

- когда у него болит голова или живот;
- когда ему жарко или холодно;
- когда он съел лимон или сладкую конфетку.

Дети, как правило, знают жестикуляцию и умеют пользоваться ею.

Игры, этюды и упражнения на развитие жестикуляции и пантомимики являются так же диагностическими. Жестикуляция может быть живой, вялой, бедной, богатой, маловыразительной, естественной, порывистой, робкой, энергичной, либо вообще отсутствовать. Нарушения выразительной моторики заслуживают пристального внимания потому, что неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимико-жестовой речи затрудняют общение детей со сверстниками и со взрослыми. Дети с бедной экспрессией, возможно, и сами полностью не улавливают, что сообщается бессловесным образом другими, неправильно оценивают и их отношение к себе, что в свою очередь, может быть причиной повышенной тревожности и углубления астенических черт характера. Помощь детям с маловыразительной пантомимикой состоит из проигрывания этюдов с последовательным изучением поз, походки и других выразительных движений. Затем можно провести мини-конкурсы «Кто лучше пройдет, как лисичка, медведь, зайчик и т.п.» Эти игры доставляют детям много радости, хотя и представляют собой интенсивный тренаж.

Тема 4: « Язык чувств»

Этюды на выражение различных эмоциональных состояний.

Цель: Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое.

Этюд на выражение интереса (любопытство)

«Что там происходит».

Описание: Мальчики стояли в тесном круге и что-то рассматривали, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них остановилась девочка «Что там происходит?» – подумала она, но ближе подойти не решилась.

Выразительные движения: голова поворачивается в сторону происходящего действия, пристальный взгляд.

Поза: Выдвинув одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, один

рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

Этюд на выражения удивления.

Описание: Мальчик увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

Этюд на выражение удовольствия.

Описание: У девочки в руках воображаемый кулек (коробка) с конфетами. Она протягивает по очереди детям. Они берут по одной конфете и благодарят девочку, потом разворачивают бумажки и берут конфеты в рот. По ребячьим лицам видно, что угощение вкусное.

Мимика: жевательные движения, улыбка.

Этюд на выражение радости.

Описание: Ведущий предлагает детям отгадать загадку:

Мой дом – у вас на крыше!

Я каждому знаком!

И мой пропеллер слышен

Над вашим чердаком.

(М.Танич)

Затем один ребенок показывает, какое лицо у Карлсона, а другой – какое лицо у мальчика, к которому прилетел Карлсон.

Выразительные движения: Надуть щеки, улыбка.

Этюд «Встреча с другом» (радость)

Описание: У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал на дачу. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу.

Выразительные движения.

Этюд «Остров плакс» (печаль)

Описание: Путешественник попал на Волшебный остров, где живут одни плаксы. Он старается утешить то одного, то другого, но все дети отталкивают его и продолжают реветь.

Мимика: брови приподняты и сдвинуты, рот полуоткрыт.

Этюд «Стрекоза замерла».

Описание: Пришла зима, а Стрекоза не приготовила себе домик, не запасла еды впрок.

Стрекоза дрожит от холода:

холодно, холодно Мне некуда деться.

Ой-ёй-ёй-ёй! Сугробов не счесть.

Голодно, голодно, Пустите погреться,

Жутко зимой. И дайте поесть

Мимика. Приподняты и сдвинуты брови; стучать зубами.

Этюд «Соленый чай» (отвращение).

Описание: Бабушка потеряла очки, и поэтому не заметила, что насыпала в сахарницу вместо сахара – мелкую соль. Внук захотел пить. Он налил себе чая и, не глядя, положил в него две ложки сахара, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту!

Выразительные движения: Голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен.

Этюд «Два сердитых мальчика» (гнев)

Описание: Мальчики поссорились. Они очень сердиты, сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот подерутся...

Этюд «Провинившийся» (чувство вины)

Описание: Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину.

Выразительные движения: Голова наклонена вперед, и втянута в

плечи, плечи приподняты; ноги прямые, пятки сдвинуты, руки висят вдоль тола.

Мимика: Брови идут вверх и сдвигаются, уголки губ опущены.

Этюд «Страх»

Описание: Мальчик боится одиночества. Он не подвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь... Вдруг в другой комнате кто-то притаился, что тогда?

Выразительные движения: Голова откинута назад и втянута в плечи.

Мимика: Брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт, как бы для восклицания.

Имитация детьми различных эмоциональных состояний имеет психопрофилактический характер.

Во-первых, активные мимические и пантомимические проявления чувств помогают предотвращать перерастание некоторых эмоций в патологию.

Во-вторых, благодаря работе мышц лица и тела обеспечивается активная разрядка эмоций.

В-третьих, у детей при произвольном воспроизведении выразительных движений происходит оживление соответствующих эмоций и могут возникнуть яркие воспоминания о неотрагированных ранее переживаниях, что имеет значение для нахождения первопричины нервного напряжения у некоторых детей.

Игра «Скучно, скучно так сидеть». Цель: Развитие раскованности, формирование хорошего настроения. Описание: Около одной стены комнаты стоят стулья, их число равно количеству детей. Около противоположной стены комнаты также стоят стулья, но их число на один меньше количества детей. Дети садятся около первой стены. Ведущий говорит:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга всё глядеть;
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?

Как только ведущий кончит говорить, дети должны быстро бежать и сесть на стулья, стоящие у противоположной стены. Проигрывает тот, кто остался без стула. Не разрешается начинать бег раньше, чем кончится стишок. Запрещаемся спихивать товарища со стула, если он первый занял его.

Подвижные игры соревновательного характера пробуждают активность каждого ребенка, они учат подчиняться определенным правилам, что организует, дисциплинирует и сплачивает играющих. Такие игры вызывают здоровое эмоциональное возбуждение, отвлекают от неприятных мыслей и фантазий.

Игра «Зеваки». Цель: Развитие произвольного внимания, мышления. Описание: Играющие, идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего – останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала ведущего. Если ребенок запутался и ошибся, он выходит из игры и садится на стул в комнате. Игра может закончиться, когда 2-3 ребенка остаются в игре. Они торжественно объявляются победителями, все хлопают.

Игровая ситуация способствует максимальному слуховому сосредоточению. Ребенок самостоятельно осознанно управляет своей деятельностью (хлопает в ладоши, меняет направление движения). Кроме того, эта игра учит детей спокойно относиться к своим неудачам, радоваться успехам других.

Тема 5: «Наша память».

Игра «Повтори за мной». Цель: Развивать слухо - моторную память. Описание: Дети стоят вокруг ведущего. Ведущий прохлопывает

определенный ритм. Один из детей (по желанию) повторяет ритм. Остальные дети внимательно слушают и оценивают исполнение движениями: поднимают большой палец, если хлопки правильные, и опускают его вниз, если неправильные.

Необходимость запомнить определенный ритм активизирует внимание детей. Кроме того, дети должны сопоставить воспроизведенный ритм их товарищей, с услышанным.

Игра «Слушай и исполняй». Цель: Развитие внимания и памяти. Описание: Ведущий напоминает детям игру «Четыре стихии» (смотри тему 2.) Ведущий: «Сейчас я буду говорить одно, а делать совсем, другое. Вы должны делать только то, что я говорю». Ребенок, совершивший ошибку, выбывает из игры. Игра заканчивается, когда в игре остается 2-3 человека. Они торжественно объявляются победителями. Все хлопают. Тоже что и игра «Зеваки».

Дидактическая игра по сюжетным картинкам.

Цель: Тренировка слухоречевой памяти. Описание: Дети рассматривают сюжетные картинки, говорят по несколько предложений, затем переворачивают изображением вниз и передают друг другу. По сигналу ведущего каждый раскрывает ту картинку, которая у него в руке. Открыв ее, ребенок должен пересказать тот рассказ, который был составлен первым хозяином.

Самостоятельное придумывание предложений – довольно сложная умственная деятельность, опора на картинки позволяют начать рассказ, особенно тем детям, которые не уверены в себе. Игровая ситуация снимает напряжения, и заставляет внимательно слушать своего товарища, и воспроизвести его рассказ. Необходимость словами описать свои впечатления от картинки, активизирует словарный запас.

Тема 6: «Я – это я».

Каждый ребенок должен осознать, что хорошо думать и говорить о

себе, является не чем иным, как проявлением чувства собственного достоинства, помогающим обрести необходимую многим уверенность в себе и своих силах. Чувство самоуважения и уверенности в себе позволит детям включаться в любой вид деятельности, охотно делиться в общении друг с другом своими мыслями и чувствами, добиваться значительных успехов в общении с другими людьми.

Игра «Замри». Цель: Развитие произвольности движений. Описание: Звучит музыка. Дети прыгают и свободно двигаются в такт музыке. Внезапно музыка обрывается, дети замирают в тех позах, в которых их застал музыкальный перерыв. Затем музыка вновь возникает, и дети продолжают движение.

Игра активизирует внимание и способствует развитию самоконтроля. Музыкальное сопровождение настраивает детей на занятие по теме.

Этюд « Это я, это мое»

Цель: Развитие правильного понимания детьми эмоционально-выразительных движений рук и адекватного использования жеста.

Описание: Ведущий спрашивает; каждого ребенка, чьё это платье? (если это девочка) Чья рубашка? (мальчика) Чей бантик? Чьи колготки?

Дети отвечают «Мои» и одновременно подтверждают свой ответ жестом.

Выразительные движения. Рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь: «Я!» Идея обладания более обширного «Я» выражается более или менее сильным: прижатием кисти к груди: «Мое, принадлежит мне».

Дидактическая игра «Кто Я?». Цель: Учить детей говорить о себе, ценить себя. Описание: Ведущий предлагает детям рассказать о своем «Я». Можно для облегчения рассказа предложить ряд вопросов.

Кто ты? Твое имя? Какого цвета у тебя глаза? Какого цвета волосы?

Что ты больше всего любишь делать? Какие у твоего «Я» достоинства? В конце ведущий предлагает послушать небольшое стихотворение, вселяя уверенность в застенчивых детей.

Я - это Я, огромная страна возможностей моих,

Я - всё могу не свете:

И строить города,

И плыть по океанам,

Подняться в облака.

Умею я любить и другу помогать,

И младших защищать,

И старших поддерживать.

Эта игра дает детям возможность взглянуть на себя с разных сторон, расширить представление о себе.

Игра «Я сами» нужный». Цель: Показать детям, что каждый участник игры уникален. Описание: Каждый участник игры выбирает любую понравившуюся ему игрушку, изображавшую животных. Дети встают в круг и по очереди, поднимая игрушку над головой, говорят: «Я самый важный (нужный), потому, что я (тигр, медведь, зайчик и т.п.)». Объясняют почему те или иное животное является важным и нужным.

Дети постарше могут задумывать как животных, так и любые предметы и явления природы.

Пример: Ваня – я самый нужный, потому что я ветер, я разгоняю тучи, поэтому кончается дождик и появляется солнышко.

Ира – я самая нужная, потому что я вода, без меня не могут обойтись ни люди, ни животные. Если меня не будет, все погибнут.

Эта игра позволяет повысить самооценку ребенка, сплачивает коллектив, т.к. оказывается, что, не смотря на то, что все разные, каждый участник оказывается необходим: и очень важен. У детей появляется чувство собственного достоинства.

Рисование «Мой автопортрет». Описание: Ведущий: «Дети, сегодня к нам пришёл Незнайка из сказки Н.Носова «Незнайка и его друзья». Помните, как он неудачно хотел стать художником и обидел своих друзей? С тех пор он никого больше не рисует. Но ему очень понравились вы. Он желает иметь портрет каждого из вас и просит, чтобы вы его нарисовали сами. Но есть одно условие: рисовать надо себя таким, какой ты есть на самом деле, а Незнайка постарается сам узнать – кто есть кто! Можно рисовать себя в любой позе, кто как хочет. Но чтобы все были похожи. Незнайка говорит, что многие девочки рисуют себя принцессами, а мальчики – героями из сказок. Если кто забыл себя, какой он, может посмотреть на себя в зеркало и еще раз внимательно себя разглядеть».

Дети приступают к рисованию. Во время рисования можно включить музыку по желанию детей.

Когда все закончат, Незнайка с удовольствием «отгадывает» кто есть кто. Незнайка просит нарисовать себя таким, каким бы я хотел быть.

Рисование «Автопортрета» направлено на осознание себя как индивидуальности. Ребенок рисует себя, думает о себе. Для ведущего рисунок и является диагностическим тестом, различия между рисунками отражают самооценку ребёнка. В рисунках некоторых детей может наблюдаться совпадение; между «реальным» и «идеальным» Я. Ребенок не видит расхождения между двумя Я, считает, что нет необходимости что-то в себе менять, такие дети характеризуются несколько завышенной самооценкой. В рисунках других детей может наблюдаться расхождение между двумя Я, но оно не очень большое обычно у таких детей самооценка положительная. Дети с заниженной самооценкой рисуют себя одним цветом, часто темным, маленького размера, рисунок грязный, неаккуратный. При рисовании идеального Я используется большое количество цветов, ребенок рисует себя в яркой одежде, с элементами, подчеркивающими внешнюю красоту.

Тема 7: «Мои чувства и желания».

Чтение книги С.Я. Маршака.

Цель: Развивать у детей способность оценивать свои желания, дать ребенку понять, что настроение зависит от его желаний и ситуаций.

Беседа «Моя мечта».

Описание: Ведущий предлагает детям вслух пометать о том, кто где хотел бы провести лето. Или кто как хотел бы провести выходной день.

Игра «Тень». Цель: Развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы. Описание: Из группы выбираются два ребенка. Остальные – «зрители». Один ребенок «путник», другой – его «тень». «Путник» идет через воображаемое поле, за ним, на два-три шага сзади идет второй ребенок, его «тень». Последний старается точь-в-точь скопировать движения «путника». Желательно стимулировать «путника» к выполнению разных движений: сорвать цветок, присесть, поскакать на одной ноге, остановиться, посмотреть вдаль, закрываясь от солнца рукой и т.п. На роль «путника» выбирается ребенок с заниженной самооценкой, а на роль «тени» – ребенок гиперактивный. Роль «путника» позволяет ребенку раскрепоститься, почувствовать себя уверенно. Роль «тени» – требует сосредоточения, наблюдательности, умения действовать не предложенному образцу, что способствует развитию произвольности.

Игра «В магазине зеркал». Цель: Развитие наблюдательности и коммуникативных способностей. Описание: Из группы детей выбирается один водящий. Представляется, что в магазине стояло много зеркал. Водящий встает в центр, а дети «зеркала» – полукругом вокруг него. Туда вошел человек, на плече у него сидела обезьянка. Она увидела себя в зеркалах и подумала, что это другие обезьянки, и стала корчить им рожицы. Обезьянки ответили ей тем же. Она погрозила им кулаком, и ей из зеркал погрозили. Она топнула ногой, и все обезьянки топнули ногой. Что бы ни делала обезьянка, все остальные в точности повторяли ее движения,

Водящему разрешается показывать разные движения. В роли водящего должны побывать все желающие дети.

Игровая ситуация позволяет развивать наблюдательность и воображение, умение видеть другого, а так же видеть себя как бы со стороны, действовать синхронно. Ребенок становится в разные позиции: ведущего и ведомого. Почувствовать себя в роли лидера – дает ребенку большую уверенность в своих силах, повышает его самооценку.

Игра «Передача чувств». Цель: Учить детей осознать чувства и желания других людей. Описание: Из группы выбирается водящий, который садится на стульчик спиной к остальным детям. К нему подходят по очереди дети и либо похлопывают его тихенько по плечу, либо поглаживают по спине, водящий - должен угадать, кто его похлопал или погладил. Водящим может быть любой желающий ребенок.

Игра «Робот». Цель: та же. Описание: В игровой комнате прячется какой-либо мелкий предмет или игрушка втайне от выбранного «робота». «Робот» двигается по указанию других участников «прямо», «влево», «вправо». Согласно этим указаниям он должен найти предмет.

Эти игры побуждают детей внимательно относиться друг к другу. Они помогают ребенку почувствовать, что вокруг него есть другие дети, которые принимают его, хотят с ним играть и общаться, и к которым при желании всегда можно обратиться за помощью.

Тема 8: «Мои фантазии».

Игра «Я инопланетянин». Цель: Развитие активности, самостоятельности, воображения. Описание: Ведущий: «Дети, сегодня мы отправляемся в космическое путешествие. Каждый из вас будет жителем своей планеты. Вы должны придумать название своей планеты, и как жители вашей планеты общаются». Дети рассказывают о своих планетах и показывают общение. Все дети пробуют научиться такому общению.

Игра направлена на предоставление каждому ребенку своей

собственной, собой модели поведения.

Игра «Ниточка и иголочка». Цель: Развитие произвольности. Описание: Выбирается водящий из детей. Под веселую музыку водящий играет роль иголки, а все другие дети – роль нитки. «Иголочка» бежит между стульями, а «ниточка» (группа детей друг за другом) – за ней.

Эта игра учит подчиняться определенным правилам, что организует, дисциплинирует и сплачивает играющих. Развивается быстрота реакции у детей. Создает эмоционально положительный заряд в группе. Кроме того на роль "иголки" можно выбрать зажатого, неуверенного в себе ребенка. В ходе игры, когда он будет водить за собой группу детей, у него будут развиваться коммуникативные и организаторские способности.

Рисунок «Я в будущем».

Описание: Детям дается задание нарисовать себя таким, какими они видят себя в будущем. Каждый должен нарисовать только себя.

Рисование себя в будущем позволяет осознать возможность преодоления замкнутости, дать перспективу на будущее и уверенность в своих силах.

Тема 9: «мой характер».

Этюды на отображение положительных черт характера.

Этюд «Смелый заяц».

Описание: Заяц любил стоять на пеньке и громко петь песни и читать стихи. Он не боялся, что его может услышать волк.

Выразительные движения. Поза. Положение стоя, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят.

Мимика: Уверенный взгляд.

Этюд «Капитан».

Описание: Ребенок представляет себя капитаном. Капитан стоит на мостике корабля и смотрит вперед. Вокруг темное небо, высокие круглые волны, свистит ветер. Но не боится капитан бури. Он чувствует себя

сильным, смелым, уверенным. Он доведет свой корабль до порта назначения.

Выразительные движения: Спина прямая, ноги расставлены, взгляд устремлен вперед, иногда подносить к глазам воображаемый бинокль.

Этюд «Добрый мальчик».

Описание: Зима. Маленькая девочка играя со снегом потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руку свою рукавицу.

Этюд «Внимательный мальчик».

Описание: По улице шла женщина с покупками. У нее упал сверток. Мальчик, увидев это, поднял сверток и подал женщине. Женщина поблагодарила мальчика.

Этюд «Заботливый мальчик».

Описание: Мальчик заболел, к нему пришел его друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, заботливо поправляет одеяло.

Этюды на отображение отрицательных черт характера

Этюд «Робкий ребенок».

Описание: Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, о что воспитательница им недовольна, а дети вот-вот обидят.

Выразительные движения. Сидеть на краешке стула очень прямо, колени сдвинуты, носки сомкнуты, локти прижаты к телу, ладони лежат на коленях, голову опустить.

Этюд «Жадный пес».

Описание: Ведущий читает стихотворение Василия Квитка:

Жадный пес

Дров принес,

Воды наносил,

Тесто замесил,

Пирогов испек,
Спрятал в уголок
И съел сам –
Гам-гам-гам!

Затем дети имитируют действия, о которых говорится в стихотворении.

Этюд «Ябедник»

Описание: Мальчик мешает рисовать видящим за столом ребятам. Он, то забирает к себе все карандаши, то портит чужие рисунки, чиркая в них карандашом. Дети прогоняют его. Мальчик плача бежит к маме (к воспитателю) и говорит, что его обидели.

Этюд «Притвора».

Описание: Мальчики играют в пятнашки, они догоняют и пятнают друг друга. Неожиданно один из мальчиков падает и не поднимается. Товарищи подходят к упавшему. Он не двигается. Мальчики поднимают его, осматривают ногу, усаживают на скамью. Внезапно мальчик отталкивает товарища, вскакивает, пятнает ближайшего и бежит. Товарищи пытаются его поймать, но он спасается бегством.

Этюд «Карабас-барабас»

Описание: Ребенок изображает Карабаса-Барабаса. Он сидит на стуле и, зловеще смотрит на Буратино, которого вот-вот бросит в огонь.

Создание моделей желательного и нежелательного поведения с опорой на определенные черты характера помогут заложить у детей первые навыки ориентации в жизненных ситуациях.

Игра «Ролевая гимнастика». Цель: Снятие напряжения, создание эмоционально-положительного фона. Описание: Детям дается задание:

а) Походить как: - младенец,
глубокий старик,
лев;

б) Улыбнуться как: – кот на солнышке,

– само солнышко;

в) Посидеть как: – пчела на цветке,

– наездник на лошади,

– Карабас-Барабас;

г) Попрыгать как: – кузнечик,

– козлик,

– кенгуру;

д) Нахмуриться как: – осенняя туча,

– рассерженная мама,

– разъяренный лев.

Игра способствует расширению поведенческого репертуара ребенка.

Игра «Волшебное слово». Цель: Развитие произвольности, самоконтроля, внимания. Описание: Дети и ведущий становятся в круг. Ведущий объясняет, что он будет показывать разные движения, а дети должны их повторять, но только в том случае, если ведущий добавит слово «пожалуйста». Если этого слова ведущий не говорит, дети остаются неподвижными.

Игра «Запретный номер». Цель: Развитие внимания, самоконтроля, самодисциплины, а так же укрепление навыков счета. Описание: Выбирается определенная цифра, например 4. Дети встают в круг и по часовой стрелке считают по очереди: 1, 2, 3... Когда доходит очередь до четвертого ребенка, он не произносит цифру, а хлопает в ладоши 4 раза. В качестве «запретных» выбирают любые цифры: 4, 7, 11, 15, 18, 21, 23, 25 (если дети считают до 25).

Игра «Мальчик (девочка) - наоборот». Цель: Развитие произвольного внимания. Описание: Участники встают в круг, ведущий показывает действия, все повторяют за ним. «Мальчик (девочка) - наоборот» – должны делать всё не так как все.

В игре снижается двигательная расторможенность, негативизм, развивается произвольный контроль за своими действиями.

Тема 10: «я владею своим телом».

Упражнения на освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.

Упражнение «Поза покоя».

Описание: Сесть ближе к краю стула опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить. Формула общего покоя произносится медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать,

Прыгать, бегать, рисовать,

Но не все пока умеют

Расслабляться, отдыхать:

Есть у нас игра такая -

Очень легкая, простая,

Замедляется движенье,

Исчезает напряженье.

И становится понятно -

Расслабление приятно!

Упражнение «Кулачки». Описание: Ведущий: «Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки лежат на коленях. Сожмите их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Вот как напряглись руки! Сильное напряжение. Нам неприятно так сидеть! Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем. Кисти рук потеплели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно! Вдох-выдох! Руки на коленях, кулачки сжаты, крепко с напряжением, пальчики прижаты (сжать пальцы), пальчики сильней сжимаем, отпускаем, разжимаем. Легко приподнять и уронить расслабленную кисть. Знайте, девочки и мальчики. Отдыхают наши пальчики».

Упражнения на расслабление мышц ног.

Перед началом работы с этими упражнениями дети должны освоить упражнения на расслабление мышц рук. Неплохо, если ребенок повторит эти упражнения. Повторение может быть закончено стихами:

Руки не напряжены, а расслаблены. Наши руки так стараются, пусть и ноги расслабляются!

Упражнение «Пружинки».

Описание: Ведущий: «Давайте представим, что мы поставили ноги на пружинки. Они выскакивают из пола и отталкивают носки наших ног так, что они поднимаются вверх, а пятки продолжают упираться в пол. А теперь нажимаем на пружинки. Крепче! Сильнее! Ноги напряжены! Тяжело так сидеть. Перестали нажимать на пружинки. Ноги расслабились. Приятно. Отдыхаем. Вдох-выдох! Что за странные пружинки, Упираются в ботинки! Ты носочки опускай, на пружинки нажимай. Крепче, крепче нажимай. Нет пружинки - отдыхай! Руки не напряжены, ноги не напряжены и расслаблены. Знайте девочки и мальчики, отдыхают ваши пальчики! Дышится легко, ровно, глубоко».

Упражнение «Загораем».

Описание: Ведущий: «Представьте себе, что ноги загорают на солнышке (вытянуть ноги вперед, сидя на стуле). Поднимаем ноги, держим. Ноги напряглись. (Можно предложить ребенку самому потрогать, какими твердыми стали его мышцы). Напряженные ноги стали твердыми, каменными.

Опустили ноги. Они устали, и теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Мы прекрасно загораем! Выше ноги поднимаем! Держим... Держим... Напрягаем, загораем! Опускаем (ноги резано опустить на пол). Ноги не напряжены, а расслаблены».

Упражнения на расслабление мышц рук, ног и корпуса.
«Штанга».

Описание: Ведущий: «Будем заниматься спортом. Встаньте. Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите каждый свою штангу. Сожмите кулаки. Медленно поднимаем руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно повисают вдоль туловища). Они расслаблены, ненапряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох-выдох!

Мы готовимся к рекорду.

Будем заниматься спортом (наклониться вперед).

Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, руки вверх).

Крепко держим...

И бросаем!

Наши мышцы не устали

И ещё послушней стали.

Нам становится понятно:

Расслабление приятно».

Упражнение «Кораблик».

Описание: Ведущий: «Представьте себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги пошире, и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижимаем к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямились! Расслабили ногу. Качнула в другую сторону, прижимаем к полу левую ногу. Выпрямились.

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем».

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышц ног.

После обучения расслаблению ног рекомендуется еще раз повторить

позу покоя.

«Снова руки на колени
А теперь немного: лени..
Напряженье улетело,
И расслаблено всё тело...
Наши мышцы не устали
И ещё послушней стали.
Дышится легко, ровно, глубоко...»

Упражнение на расслабление мышц живота.

«Шарик».

Описание: Ведущий: «Представим, что мы надуваем: воздушный шар. Положите руку на живот. Надуваем живот, будто это большей воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Не будем надувать большой шар. Сделаем спокойный вдох животом, так чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи поднимать нельзя. Вдох-выдох! Мышцы живота расслабились. Стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. И выдох свободный ненапряженный!

Вот как шарик надуваем!
А рукою проверяем (вдох)
Шарик лопнул, выдыхаем,
Наши мышцы расслабляем.
Дышится легко.. ровно.. глубоко..»
Упражнение на общее расслабление.

Описание: Дети ложатся на спину, одна рука под головой, другая на животе. Сделать спокойный вдох животом - надуть шарик. Животик выталкивает руку вверх.

Ведущий начинает считать:
вдох - 1 - 2; выдох 2 - 1; Пауза.

вдох - 1 - 2 - 3; выдох 3 - 2 - 1; Пауза.

вдох - 1 - 2 - 3 - 4; выдох 4 - 3 - 2 - 1; Пауза.

вдох - 1 - 2 - 3 - 4 - 5; выдох 5 - 4 - 3 - 2 - 1;

Это упражнение с задержкой дыхания фиксирует мысли ребенка только на дыхании, и действует успокоительно.

Затем: ведущий говорит: «Опустите ручки вниз (вдоль туловища), ладошками на ковер. Закройте глазки и представьте, что вы птицы, летите высоко в небе. Вы пролетаете над морем, слышите шум волн. А сейчас, вы пролетаете над лесом, видите как покачиваются верхушки деревьев. Мысленно выберите самую красивую полянку в лесу и приземлитесь».

Рассказ можно продолжать. В конце необходимо спросить каждого ребенка: «Какой цвет вы видите с закрытыми глазами?». (Если дети называют спокойные цвета – можно считать, что они расслабились. Черный, красный – говорит о том, что ребенку не удалось полностью расслабиться!).

«А теперь откройте глазки, потянитесь, как будто просыпаетесь и медленно садитесь по-турецки»

Таким расслаблением заканчивается каждое занятие.

Игра «Мы на пляже». Цель: Научить детей расслабляться и концентрироваться. Описание: Ведущий: «Представьте, что вы лежите на пляже, ласково светит солнышко. Вы закрываете глаза от яркого солнца. Ощущаете тепло от нагретого солнцем песка. Слышите шум прибоя. Вам приятно лежать, не вдруг солнце закрыла черная туча, подул сильный ветер и полил дождь!» Дети должны быстро вскочить и пойти в укрытие.

Тема 11: «Я и другие».

Дидактическая игра «Мы – разные». Цель: Развитие внимания, наблюдательности, умения различать индивидуальные особенности детей. Описание: Дети вместе с ведущим встают в круг. Ведущий задает вопросы:

Кто из нас самый высокий?

Кто из нас самый маленький?

У кого самые темные (светлые) волосы?

У кого на голове есть бант (два банта)?

У кого на одежде есть большие пуговицы?

У кого в одежде присутствует красный, (синий, зеленый и пр.) цвета?

У кого из детей одинаковая обувь? и т.п.

Ведущий, подводя итоги ответов, говорит детям о том, что они смогли убедиться в наличии у каждого из них чего-то такого, чего нет у других, объясняет им понятие «разные», он говорит, что все люди и животные отличаются друг от друга разными признаками, один из которых цвет глаз. Дети определяют цвет глаз друг у друга. Ведущий рассказывает детям о глазах человека, какого цвета они бывают. Какое настроение выражают (показать цветные фотографии), для чего нужно смотреть в глаза друг другу, что в них можно увидеть, какие глаза бывают у мамы, когда она устала, радуется, смеётся, как и почему мы плачем?

На следующем занятии тема игры может быть продолжена, но уже по отношению к носу, рту, ушам и др.

Игра «Поводырь». Цель: Воспитывать умение общаться друг с другом. Описание: Игра в парах. Один из участников – «слепой», второй – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия, созданные заранее (мебель, столы; стулья, также препятствием могут быть другие люди). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» провести его так, чтобы тот не столкнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута дети меняются ролями. Маршрут можно менять.

Игра способствует развитию доверительного отношения друг к другу,

«Поводырь» испытывает чувство лидерства и ответственности за другого человека. Способствует повышению самооценки. Учит общаться

вербальным и тактильным способом.

Игра «Обезьянка и зеркало». Цель: развитие наблюдательности и коммуникативных способностей. Игра в парах. Один из участников «обезьянка», другой – «зеркало». «Обезьянка» – кривляется перед зеркалом, совершая различные движения. «Зеркало» – должно синхронно повторить движение за «обезьянкой».

То же, что и в «Магазине зеркал»

Игра «Слушай команду». Цель; развитие способности и сосредоточению. Описание: Дети маршируют под музыку. Затем, музыка внезапно прерывается и ведущий шепотом произносит команду: «Сесть на стулья, поднять правую руку, присесть, взяться за руки, положить руку на плечо и т.п.» Команды даются только на выполнение спокойных движений.

Игра выполняется до тех пор, пока дети хорошо слушают и контролирует себя.

Игра «Паровозик». Цель: сплочение группы. Описание: Ведущий: «Все вы были в лесу. Там встречаются различные препятствия: кочки, канавы, ручейки, поваленное дерево и т.п.

Каждый из вас может очень просто преодолеть любое такое препятствие: перепрыгнуть через канаву, (ручеек), пройтись по бревну, перешагнуть через поваленное дерево. А сможете ли вы преодолеть препятствия все вместе – паровозиком, так чтобы не потерять ни одного вагончика. Каждый из вас сейчас будет вагончиком, а все вместе мы – паровозик».

Дети цепляются друг за друга. Главный первый вагон. «Паровозик» преодолевает препятствия: идет по жердочке – воображаемому бревну, перешагивает через канаву две, параллельно лежащие скакалки, и т.п. Игра заканчивается, когда кто-то отпустил руки – произошло «крушение поезда». Если все препятствия преодолены, ведущий поздравляет ребят и

говорит: что группа у них очень дружная.

Игра создает положительный эмоциональный фон. Повышается уверенность в себе, снижается тревожность. Происходит сплочение группы, появляется чувство «Мы», взаимопомощь, развивается произвольный контроль, умение подчиняться требованиям одного. У «первого вагончика» развивается самостоятельность, уверенность в себе, ответственность за благополучие: и безопасность других.

Игра в мяч «Назови ласково». Цель: научить детей ласково обращаться друг к другу. Описание: Дети садятся в круг вместе с ведущим.

а) Мяч перекатывается от одного ребенка к другому. К кому попал мяч, должен назвать себя ласково.

б) Кто отдает мяч, должен назвать ласково того, кому мяч направляется.

Игра дает возможность судить о возникших симпатиях и антипатиях в группе, воспитывает доброжелательное отношение друг к другу;

Игра «Я самый хороший». Цель: научить детей говорить о себе. Описание: Дети сидят в кругу, передают друг другу какую-либо игрушку, у кого игрушка в руках, говорит: «Я самый хороший, потому, что...

Ведущий может помочь ребенку подсказав ему хорошие качества.

Игра заставляет задуматься о себе, повышает самооценку.

Игра «Окажи внимание другому ». Цель: учить детей говорить хорошо о другом. Описание: Дети садятся в круг и по очереди говорят что-нибудь положительное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения, манера поведения и т.п.

В ответ ребенок говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я...» повторяет сказанное ему, а затем он подкрепляет еще одной похвалой в свой адрес: «А ещё я думаю, что я...».

Игра учит детей выражать свое положительное отношение к другим

людям, учит оказывать и принимать знаки внимания. Повышает уверенность в себе.

Тема 12: «Я и мои друзья».

Игра «На льдине». Цель: Дать детям возможность проявить взаимопомощь и взаимовыручку. Описание: На полу расстилается газета-«льдина». Ведущий говорит: «Представьте себе, что мы оказались посреди океана на льдине, которая все время становится меньше. Все дети стараются поместиться на этой «льдине», Затем газета рвется пополам – дети опять пытаются поместиться на этой льдине.

Можно детей поделить на две группы. Каждая группа «спасается» на своей «льдине». Выигрывает та группа, чья «льдина меньше, а количество «спасенных» больше.

Игра позволяет прочувствовать и испытать взаимовыручку и взаимопомощь, раскрепощает, Формируется командное чувство и ответственность каждого за конечный результат. Повышает самооценку.

Тема 13: «Давай никогда не ссориться»

Дидактическая игра «Не поделили игрушку». Цель: учить детей выходить из конфликтных ситуаций, находить компромиссное решение. Описание. Ведущий сообщает детям, что сегодня рано утром в детский сад прилетел Карлсон и оставил много игрушек. Достает новые игрушки, они все разные и заметно отличается друг от друга. Ведущий предлагает разобрать их, а сам наблюдает за детьми со стороны. Дети, как правило, стараются взять наиболее интересные, яркие игрушки. Претендентов на «самые хорошие» игрушки оказывается много. В группе между детьми складывается конфликтная ситуация: кому будет принадлежать та, или иная игрушка. Ведущий успокаивает ребят и предлагает разобраться в сложившейся ситуации, всем вместе:

Как же нам быть, ребята? Ведь игрушка одна, а желающих поиграть с ней много?

Ведущий предлагает детям для обсуждения следующие варианты разрешения конфликтной ситуации:

- отдать игрушку тому, кто взял первым.
- никому не давать игрушку, чтобы не было обидно.
- играть всем: вместе (распределяя рели).
- посчитаться.
- играть в игрушку по очереди.
- отдать игрушку Кате, потому что она часто бывает грустной.

Дети вместе с ведущим обсуждают вариант возможного решения, сложившейся конфликтной ситуации. Ведущий выслушивает все предложения.

В ходе обсуждения дети прислушиваются друг к другу. У них появляется возможность выбора и необходимость соотнести свое решение с решением других, а подчас усомниться в правильности своего первого предложения. Дети могут сами выбрать нужное решение, а если они затрудняются в этом, ведущий ненавязчиво подскажет им правильный выбор.

Игра «Нам не тесно». Цель: учить детей избегать ссор, вести себя прилично, не толкаться, считаться друг с другом. Описание. Ведущий кладет на пол скакалку или веревку и говорит: это будет наш дом. Отсюда ножки побегут по дорожке, а куда они побегут, сейчас покажу. Ведущий кладет в противоположный конец, комнаты другую скакалку (веревку) параллельно первой: «Здесь остановятся дети». Дети строятся у первой веревочки (стартовой линии).

Ведущий произносит слова, под которые дети будут выполнять движения. Затем предлагает повторить их вместе.

Слова движения:

Ножки, ножки (Дети двигаются по направлению ко второй линии)

Шли по дорожке,

Шли лесочком

Прыг-скок, прыг-скок, (Прыгают на двух ногах ко второй лиши – 4 прыжка)

Прискакали на лужок, (Останавливается, приседают на корточки)

Потеряли сапожок. (Поворачивается то в одну, то в другую сторону, будто ищут сапожок.)

«Нашли сапожок!» – говорит ведущий, и все бегут обратно к исходной скакалке: (веревке?).

Все игровые действия выполняется детьми одинаково и одновременно.

Необходимо помогать детям, соблюдать правила, особенно когда требуется выполнять согласованные движения в ограниченном пространстве, что для детей трудно.

Дети, двигаясь вместе в ограниченном пространстве, и в одном направлении учатся не толкаться, считаться друг с другом. Подражание друг другу становится средством игрового общения. Все это сближает детей, способствует формирований коллектива.

Тема 14: «Я умею владеть собой»

Игра «Жмурки». Цель: учить детей контролировать свое поведение, воспитывать внимательное отношение друг к другу. Описание: Водящему завязывают глаза. Кто-то из группы крутит его на месте, чтобы затруднить ориентацию. При этом произносятся слова:

на чем: стоишь? – Что пьешь?

На мосту! – Квас!

Что ешь? – Ищи мышей, а не нас!

Колбасу!

а) Дети разбегаются. «Жмурка» ходит по комнате и ловит ребят. Поймав кого-либо из детей, «Жмурка» должен на ощупь отгадать, кто это. Важно, чтобы в этой игре осуществлялась постоянная смена ролей.

б) В руках у детей колокольчики, «Жмурка» должна поймать детей, ориентируясь на звук их колокольчиков.

в) Пойманного ребенка «Жмурка» должен узнать ребенка по голосу.

Различные варианты этой игры помогают детям почувствовать себя в роли лидера, что, в случае успеха, (а в небольшом, замкнутом пространстве комнаты, где проходят занятия, это вполне возможно). Значительно повышает уверенность в себе и положительно воздействует на самооценку ребенка.

Игра «Сборщики». Цель: развивать умение действовать сообща, избегая конфликтов. Описание: На полу разбрасывается масса всевозможных мелких предметов. Участники игры делятся на группы по 2-3 человека. Деление можно произвести: по цвету глаз, по цвету волос и т.п.. Дети берутся за руки. По сигналу ведущего двумя свободными руками каждая тройка должна собрать как можно больше предметов. Во время игры можно использовать веселую, энергичную музыку.

Эта игра способствует развитию умения общаться между собой, соизмерять свои желания и возможности, умение действовать в коллективе. В ходе игры могут возникнуть конфликтные ситуации внутри одной группы или между группами. Каждая ситуация может быть использована для разыгрывания и обсуждения: что учит детей управлять своим поведением и поступками, контролировать свою речь в процессе общения.

Игра «Разведчики». Цель: развитие наблюдательности, памяти, коммуникативных и организаторских способностей. Описание: Из группы детей выбирается «разведчик» и «командир», остальные - «отряд». В комнате стулья расставлены хаотично. «Разведчик» проходит между стульями с различных сторон. «Командир» наблюдает за действиями «разведчика». Затем он проводит «отряд» по тому пути, который был ему показан «разведчиком»,

Затем другой «разведчик» показывает путь и другой «командир» его повторяет и т.д.

Роль «разведчика» позволяет ребенку раскрепоститься, почувствовать себя уверенней. Роль «командира» (полезна для гиперактивных детей). Способствует развитию сосредоточенности, наблюдательности, умения действовать по заданному образцу. Нести ответственность за других детей. Роль «отряда» - формирует у детей умение подчиняться требованиям одного.

Игра «Расставляем: посты». Цель: снятие возбуждения, развитие самоконтроля. Описание. Дети идут по комнате друг за другом. Впереди идет «командир». Когда «командир» хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Так, «командир» расставляет всех детей, в задуманном им, порядке.

Эта игра успокаивает детей, заставляет, сосредоточиться на хлопках «командира». В роле «командира» полезно побывать каждому ребенку это повышает уверенность.

Игра «Дракон кусает свой хвост». Цель: создание положительного эмоционального фона. Описание: Дети встают друг за другом и крепко держатся друг за друга (за плечи). Первый ребенок – «голова дракона», последний – «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от неё. Дети не должны отпускать друг друга. В роли «головы» и «хвоста» могут быть все желающие.

Игровая ситуация позволяет снять напряженность, способствует снятию страхов и сплачивает группу.

Игра «Возьми и передай». Цель: развитие воображения. Описание: Дети сидят на полу, вокруг воображаемого костра и передают друг другу воображаемые предметы, показывая их. (горячую картошку, воду, песок, тяжелый камень, бабочку и т.п.)

Игра побуждает детей согласовывать свои действия, (например:

передать воображаемую воду, надо так, чтобы она не «пролилась» мимо рук другого ребенка), почувствовать готовность партнеров к общему действию - это способствует развитию такого важного качества личности, как эмпатия.

Тема 15: «Как поступить».

Игра «Здороваемся по кругу». Цель: привлечь внимание детей друг к другу. Описание: Дети здороваются друг с другом за руку, глядя в глаза и называя имя: Здравствуй, Ваня, Здравствуй, Наташа; После чего обнимаются и продолжают здороваться с другими детьми.

Тактильный и визуальный контакт позволяет почувствовать, и принять другого, снимает агрессивные проявления, объединяет детей, настраивает их на добрые отношения друг к другу.

Эта игра может быть ритуалом встречи или прощания (До свидания, Петя) в группе.

Разыгрывание ситуаций.

Детям предлагается ситуации, в которых они должны изобразить самих себя или других людей. Ситуации могут быть самими разнообразными. Иногда после разыгрывания бывает полезно для детей поменяться ролями с партнером и оказаться на месте того, с кем он общался.

Примеры ситуаций:

- Твой друг попросил у тебя поиграть твою любимую игрушку, а отдал её сломанной.
- Мама принесла три апельсина: тебе и твоему брату (сестре). Как ты поделишь эти апельсины? Почему?
- Ребята из вашей группы играют в интересную игру. А ты опоздал, и игра уже началась. Попроси, чтобы ребята и тебя приняли в игру. Что ты будешь делать, если они не захотят принять тебя?
- Ты вышел в раздевалку в детском саду и увидел, что там два мальчика

ругаются и вот-вот подерутся. Помоги им помириться.

- Тебе очень хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят из вашей группы. Попроси её.
- Ты очень обидел своего друга, попробуй помириться с ним.
- Взрослый назвал свое имя, отчество. Ребенку надо к нему обратиться, а он забыл имя, отчество, и не знает, как обратиться. Помоги ему.

Эта игра поможет детям освоить эффективные способы поведения, использовать их в реальной жизни.

Дидактическая игра «Умей извиняться». Цель: научить детей уместно употреблять различные формы выражения извинения. Описание: Ведущий спрашивает детей, с какими вежливыми словами они знакомы. Говорит, что есть вежливые слова, которыми пользуется, если обидели кого-нибудь или поступили неправильно и т.д.

Это слева «извините », «простите».

Ведущий читает стихотворение А.Кузнецовой «Поссорились»:

Мы поссорились с подружкой

И уселись по углам

Очень скучно друг без друга!

Помириться нужно нам.

Я её не обижала,

Только мишку подержала,

Только с мишкой убежала

И сказала: «Не отдам!».

Ведущий: « Как же могут помириться девочки?» (Конкурс ответов).

Автор предлагает такой путь примирения:

Дам ей мишку, извинюсь,

Дам ей мячик, дам трамвай

И скажу: «Играть давай!».

Можно ли считать извинение мальчика искренним?

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Рекомендации для родителей и педагогов по оптимизации процесса формирования положительной самооценки дошкольников

Что такое самооценка? Мы постоянно сравниваем себя с другими, и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка. Положительная самооценка позволяет человеку соотносить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих. Неадекватная (заниженная или завышенная) деформирует внутренний мир, мешает гармоничному развитию.

Самооценка начинает развиваться уже в раннем детстве. Часто мы слышим: «Ты уже такой большой, а завязывать шнурки (есть кашу, читать, др.) так и не научился!» Родители не задумываются над тем, что именно из их оценок, в первую очередь, и складывается мнение ребенка о себе; это потом, в школьном возрасте, он научится сам оценивать свои возможности, успехи и неудачи. Именно в семье ребенок узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача.

По мере того как происходит развитие ребенка, он учится понимать себя, свое Я, давать оценку собственным качествам, то есть происходит формирование оценочного компонента самосознания – самооценки. Наиболее оптимальный вариант развития самооценки – развитие положительной самооценки. Также в среднем дошкольном возрасте, возможно, допустить слегка завышенную самооценку у ребенка. Чем более положительной является самооценка, тем лучше дошкольник может себя оценивать, рассчитывать на свои возможности. Положительная самооценка оказывает большое влияние на эмоциональное благополучие, успешность в различных видах деятельности и поведение дошкольника.

Как проявляется уровень самооценки в поведении?

Активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт – вот те качества, которые свойственны детям с положительной самооценкой. Они охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказываются проигравшими.

Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с заниженной самооценкой. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются. Иногда дети, которым дается негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это в общении со сверстниками. Они хотят всегда и везде быть первыми и принимают близко к сердцу, если это им не удастся.

При завышенной самооценке дети во всем стремятся быть лучше других. Часто от такого ребенка можно услышать: «Я – самый лучший (сильный, красивый). Вы все должны меня слушать». Он часто бывает агрессивен с теми детьми, которые тоже хотят быть лидерами. Это, конечно, очень краткие описания. Но, может быть, кто-то из вас, дорогие родители, узнал своего ребенка?

Уровень самооценки может изменяться, особенно в дошкольном возрасте. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, реакция на успехи и неудачи – все это оказывает влияние на отношение малыша к себе. То есть, мы можем помочь ребенку сформировать положительную самооценку.

Роль взрослого в развитии самооценки детей.

Основным и важным фактором, влияющим на развитие положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста выступает общение со взрослыми. С помощью взрослого происходит становление, развитие и стимуляция оценочной деятельности у ребенка. Все это происходит, когда взрослый:

- выражает свое отношение к окружающему и оценочный подход;
- организует деятельность ребенка, обеспечивая накопление опыта индивидуальной деятельности, ставя задачу, показывая способы ее решения и оценивая исполнение;
- представляет образцы деятельности и тем самым дает ребенку критерии правильности ее выполнения;
- организует совместную со сверстниками деятельность, которая помогает ребенку видеть в ровеснике личность, учитывать его желания, считаться с его интересами, а также переносить в ситуации общения со сверстниками образцы деятельности и поведения взрослых.
- Оценочные воздействия взрослого и самооценка ребенка.

Родителям и педагогам необходимо знать и помнить, что все оценочные воздействия взрослого влияют на становление самостоятельности и самооценки ребенка. Для достижения более положительной самооценки родителям и педагогам необходимо знать, что доброжелательное и нежное отношение к ребенку, создание фона заботливости и внимания, обращения к нему по имени, похвала его действий, предоставление возможности проявить инициативу и поддержание ее способствуют формированию активности и положительной самооценки.

Следует подчеркнуть, что в любом возрасте поощрение более эффективно, чем порицание. Запрещение или порицание должно заканчиваться положительным образцом действий. Детям среднего дошкольного возраста нужно обязательно давать возможность реализовать свое намерение, даже если оно может немного сбить график ребенка. Уважение к его делу активизирует ориентацию ребенка на самостоятельные действия. Не всегда взрослому следует брать инициативу в свои руки во избежание формирования пассивности у среднего дошкольника.

Поддержка проявлений самостоятельности – это важное условие формирования положительной самооценки детей среднего дошкольного возраста. Появление инициативы у ребенка и элементарного планирования, стремление к получению задуманного результата являются критерием проявления самостоятельности у средних дошкольников, а вместе с этим развития положительной самооценки. Поэтому педагогам и родителям необходимо помогать ребенку активизировать интерес к предметам, корректировать замысел, оказывать помощь в его осуществлении.

Отметим, что средний дошкольник ждет от взрослого конкретной, адекватной оценки, поддержки своих замыслов. Оценка говорит ребенку не только о правильности его действий, но и о том, что его помнят, его заметили, к нему относятся внимательно. Действенность оценки определяется тем, насколько она корректно сформулирована, какова ее форма, содержание.

Немаловажно отметить, что для достижения положительной самооценки у детей среднего дошкольного возраста необходимо в равной степени отмечать успехи и неудачи и соответственно их оценивать. Дети легко дифференцируют то, что одобряется, и то, что порицается. Они уверены в себе, что создает благоприятные условия для развития положительной самооценки.

Нежелательно поощрять преимущественно успехи, положительные стороны, подчеркивание даже самых незначительных достижений у детей с завышенной самооценкой. Кроме этого необходимо воздерживаться от несистематических и случайных оценок, которые лишают детей твердых ориентиров в деятельности и поведении.

Оценочная деятельность требует от взрослого умения выражать доброжелательность в обращениях к детям, аргументировать свои требования и оценки с целью показать необходимость первых, гибко

использовать оценки, без стереотипов, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и положения ребенка в группе сверстников. Необходимо смягчать негативную оценку, сочетая с предвосхищающей положительной.

В среднем дошкольном возрасте также важно сначала подчеркнуть успехи, а потом тактично и конструктивно указать на недостатки. При выполнении указанных условий положительные оценки усиливают одобряемые формы поведения, расширяют инициативу детей. А отрицательные соответствующим образом перестраивают деятельность и поведение, ориентируют на достижение требуемого результата.

Оценка деятельности и поведения ребенка только тогда играет позитивную роль в воспитании, когда оценка результатов деятельности отделена от оценки личности ребенка. Только демонстрируя положительное отношение к ребенку, веру в его силы, взрослый формирует тем самым у него уверенность в себе и стремление к успеху; обращая его внимание на ошибки в деятельности и неправильное поведение, учит анализировать себя, контролировать и правильно оценивать свои действия.

Уважение к ребенку, бережное отношение к его личности лежит в основе стратегии позитивного оценивания. Использование этой схемы педагогами и родителями при оценке деятельности и поведения детей среднего дошкольного возраста обеспечивает формирование положительной самооценки, умения анализировать и контролировать свои действия и поступки.

Основные стратегии позитивного оценивания ребенка среднего дошкольного возраста.

Ниже приведены стратегии позитивного оценивания ребенка, необходимые для ознакомления родителей и педагогов:

- положительная оценка ребенка как личности, демонстрация

- доброжелательного к нему отношения («Я знаю, ты очень старался»).
- указания на ошибки, допущенные при выполнении задания, или нарушения норм поведения («Но сейчас ты поступил неправильно, ты толкнул Машу»).
 - анализ причин допущенных ошибок и плохого поведения («Тебе показалось, что Маша толкнула тебя специально, но она это сделала не нарочно»).
 - обсуждение вместе с ребенком способов исправления ошибок и допустимых в данной ситуации форм поведения.
 - выражение уверенности в том, что у него все получится («он не будет больше толкать девочек»).
 - в процессе общения ребенок постоянно получает обратную связь. Позитивная обратная связь сообщает ребенку о том, что его действия правильны и полезны. Таким образом, ребенок убеждается в своей компетентности и достоинствах.
 - улыбка, похвала, одобрение – все это примеры положительного подкрепления, они ведут к повышению самооценки, создают позитивный образ Я.
 - необходимо учить ребенка ставить реальные цели и справляться с неудачами.
 - для формирования правильного представления среднего дошкольника о себе и способности адекватно оценивать самого себя нами были сформулированы для родителей и педагогов ряд рекомендаций.

Общие рекомендации по формированию положительной самооценки и правильных представлений о себе у детей среднего дошкольного возраста.

- оптимизация родительско – детских отношений. Необходимо, чтобы ребенок рос в атмосфере любви, уважения, бережного отношения к

его индивидуальным особенностям, заинтересованности в его делах и занятиях, уверенности в его достижениях; вместе с тем – требовательности и последовательности в воспитательных воздействиях со стороны взрослых.

- оптимизация отношений ребенка со сверстниками. Необходимо создать условия для полноценного общения ребенка с другими детьми; если у него возникают трудности в отношениях с ними, нужно выяснить причину и помочь дошкольнику приобрести уверенность в коллективе сверстников.
- расширение и обогащение индивидуального опыта ребенка. Чем разнообразнее деятельность ребенка, чем больше возможностей для активных самостоятельных действий, тем больше у него возможностей для проверки своих способностей и расширения представлений о себе.
- развитие способности анализировать свои переживания и результаты своих действий и поступков. Всегда положительно оценивая личность ребенка, необходимо вместе с ним оценивать результаты его действий, сравнивать с образцом, находить причины трудностей и ошибок и способы их исправления. При этом важно формировать у ребенка уверенность, что он справится с трудностями, добьется хороших успехов, у него все получится.

Советы родителям, заинтересованным в формировании положительной самооценки:

- не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть ребенок поможет с уборкой, сам польет цветок, получит удовольствие от сделанного и заслуженную похвалу. Не нужно ставить перед ним непосильные задачи, для выполнения которых он еще просто не дорос.
- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он

этого заслуживает. Если ребенок давно умеет сам есть ложкой, не нужно каждый раз за это хвалить, но если у него получилось поесть аккуратно, не размазав кашу по всему столу, обязательно отметьте это достижение.

- поощряйте в ребенке инициативу.
- не забывайте, что ребенок внимательно наблюдает за Вами. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Сравните: «У мамы не получился пирог, ну ничего, в следующий раз положим больше муки» / «Ужас! Пирог не получился! Никогда больше не буду печь!»
- не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем, какой он был вчера или будет завтра).
- не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!

Игры, которые помогут Вам лучше узнать своего ребенка, сформировать и поддержать у него положительную самооценку:

1. «Имя». Можно предложить ребенку придумать себе имя, которое он хотел бы иметь, или оставить свое. Спросите, почему ему не нравится или нравится его имя, почему бы он хотел, чтобы его называли по-другому. Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценку малыша. Ведь часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, кем он есть сейчас.
2. «Проигрывание ситуаций». Ребенку предлагаются ситуации, в которых он должен изображать самого себя. Ситуации могут быть разными, придуманными или взятыми из жизни ребенка. Прочие роли при разыгрывании выполняет один из родителей или другие дети. Иногда полезно меняться ролями. Примеры ситуаций:
 - ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился, помоги ему успокоиться.

- мама принесла 3 апельсина, тебе и сестре (брату), как ты поделишь их? Почему?
 - ребята из твоей группы играют в интересную игру, а ты опоздал, игра уже началась. Попроси, чтобы тебя приняли в игру. Что будешь делать, если дети не захотят принять тебя? (Эта игра поможет вашему ребенку освоить эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни.)
3. «Жмурки». Не удивляйтесь, эта старая, всем известная игра очень полезна: она поможет Вашему ребенку почувствовать себя в роли лидера, что может, в случае успеха, значительно воздействовать на самооценку. Можно играть в классические «Жмурки» (с завязанными глазами «жмурка» ищет детей по голосу и отгадывает на ощупь, кто это); можно дать в руки детям колокольчик и т.д.
4. «Зеркало». В эту игру можно играть вдвоем с ребенком или с несколькими детьми. Ребенок смотрится в «зеркало», которое повторяет все его движения, жесты, мимику. "Зеркалом" может быть родитель или другой ребенок. Можно изображать не себя, а кого-нибудь другого, «Зеркало» должно отгадать, потом поменяйтесь ролями. Игра помогает ребенку открыться, почувствовать себя более свободно, раскованно.

Можно поиграть и в «Прятки», и в «Магазин», и просто надувать шары, кто быстрее. Главное, чтобы ребенок успешно справлялся с заданиями и учился достойно проигрывать.

На формирование положительной самооценки ребенка, посещающего детский сад, большое воздействие оказывают воспитатели.

Для повышения уровня самооценки у детей среднего дошкольного возраста педагогам можно предложить проведение небольших игр, упражнений и этюдов, направленных на формирование позитивного отношения ребенка к самому себе, другим людям, формирование чувства близости с другими людьми, уменьшение тревожности, снятие

психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние.

Развитие уровня самооценки в процессе взаимодействия с ребенком осуществляется постоянно. Можно предлагать ребенку посильные задания и осуществляя при этом эмоциональную поддержку, похвалу и одобрение. Это в большой степени будет влиять на развитие положительной самооценки у ребенка.

Примерные упражнения, игры, направленные на повышение уровня самооценки, развитие положительной самооценки.

Игра «Мое имя». Цель: идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я». Ведущий задает вопросы; дети по кругу отвечают. – Тебе нравится твое имя? – Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как? При затруднении в ответах ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот выбирает наиболее ему понравившееся. Ведущий говорит: «Известно ли вам, что, имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например: ...»

Игра «Связующая нить». Цель: формирование чувства близости с другими людьми. Дети, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. При затруднении психолог помогает ребенку – бросает клубок ему еще раз. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

Игра «Возьми и передай». Цель: достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние. Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза

и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Игра «Настроение». Цель: помощь в преодолении негативных переживаний, учить самостоятельно принимать решения, уменьшение тревожности. Дети по кругу предлагают способы, как можно повысить настроение. Например: сделать доброе дело, поговорить с другом, поиграть с домашними животными, посмотреть любимый мультфильм, нарисовать картину, улыбнуться себе в зеркале, подарить улыбку другу.

Игра «На что похоже настроение?» Цели: эмоциональное осознание своего самочувствия, развитие симпатии. Участники игры по кругу при помощи сравнения говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение. Начинает игру ведущий: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе. А твое?» «Ведущий обобщает - какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое.»

Игра «Комплименты». Цели: помочь ребенку увидеть свои положительные со стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят друг дети. Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно». Упражнение продолжается по кругу. После упражнения обсуждаются, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться, оттопырить губ, наморщить нос и т.д. Желательно, чтобы дети выполнили упражнение перед большим зеркалом.

Упражнение «Назови и покажи». Цель: определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики. Дети сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу – такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем продолжают дети по кругу, каждый раз изображая

отличное от уже названных эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает - все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

Этюд «Ласка». Цель: развитие умения выражать чувства радости, удовольствия. Звучит музыка А. Холминова «Ласковый котенок». Дети разбиваются на пары: один – котенок, второй – его хозяин. Мальчик с улыбкой гладит и прижимает к себе пушистого котенка. Котенок прикрывает глаза от удовольствия, мурлычет и выражает расположение к хозяину тем, что трется головой о его руки.

Игра «Сказочная шкатулка» Цель: формирование положительной «Я» – концепции, самопринятия, уверенности в себе. Ведущий сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои разных сказок. Далее он говорит: – «Вспомните своих любимых персонажей и расскажите: какие они, чем они вам нравятся, опишите, как они выглядят (какие у них глаза, рост, волосы), что у вас с ними общего.» – «А теперь с помощью волшебной палочки все превращаются в любимых сказочных героев: Золушку, Карлсона, Винни-Пуха, Буратино, Красную Шапочку, Мальвину. Выбирайте любой персонаж и покажите, как он ходит, танцует, спит, смеется и веселится».

Игра «Принц и принцесса». Цель: дать почувствовать себя значимым, выявление положительных стороны личности; сплочение детской группы. Дети стоят в кругу. В центр ставится стул – это трон, Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребенок по желанию садится на трон. Остальные дети оказывают ему знаки внимания, говорят что-нибудь хорошее.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

Занятие для родителей: «Самооценка и её формирование»

Дорогие родители, здравствуйте, сегодня мы поговорим с вами о самооценке. Что же это такое и как она развивается.

Самооценка – это то, что нас украшает в глазах окружающих, но, с тем же успехом, и портит. Самооценка вообще играет большую роль в жизни каждого человека - особенно это важно, когда характер только воспитывается, то есть у детей, потому что они интенсивно развиваются и каждый день приобретают новые личностные качества.

Разделяют самооценку:

- завышенную
- заниженную
- положительную

Самооценка человека – это его самоощущение, отношение к себе и представление о себе. Человек, чья самооценка высока, создает вокруг себя атмосферу честности, ответственности, сострадания, любви... Такой человек чувствует себя важным и нужным, он ощущает, что мир стал лучше оттого, что он в нем существует. Только ощущая свою собственную высокую ценность, человек способен видеть, принимать и уважать высокую ценность других людей.

Откуда самооценка вообще берется? Первоначально это – присвоение ребенком оценки родителей, которая проявляется уже с обнаружения беременности. Ребенок воспринимает ее однозначно, как белое или черное, да или нет – без переходных тонов. Если родителями демонстрируется безусловное принятие (замечательно, что родился ребеночек, и причем именно такой!), то и ребенок относится к себе хорошо, чувствуя, что он любим и желанен. Если же родители отвергают дитя (нежеланная беременность, ребенок родился не того пола, которого хотелось, он нездоров и пр.), ребенок чувствует свою неуместность,

отрицательное отношение к себе и принимает это как должное, начиная относиться к себе как к обузе.

Позже, примерно с двух лет, самооценка начинает дифференцироваться: «Когда я голодный, я злой, а сытый – добрый» или «Да, я медленно бегаю, зато здорово рисую и умею мыть посуду!» Здесь силу набирает стиль воспитания, принятый в семье. Поощрения (подарки, поцелуи, слова ободрения), поддерживая и закрепляя конкретное поведение, работают на формирование позитивной оценки себя, а наказания и игнорирование – на попытку найти поощряемый вариант и негативную оценку себя в настоящем. Если воспитание грешит однообразием, не способствуя различению типов поведения (ребенок получает только похвалы или только наказания, что бы ни сделал), эта неадекватность переходит в неадекватную самооценку.

А сейчас мы с вами немного поиграем (проигрывание ситуаций для родителей по Рогову О.Е).

Выбирается из присутствующих родителей «ребёнок» и «мать», ведущий даёт этому «ребёнку» слова, написанные на бумажке. «Ребёнок» проговаривает эти слова.

Ребенок: «Мам, я пойду гулять». (Значение: «Мне скучно, мой мозг в застое, мои нервы и мускулы ищут работы, мой дух томится»). Что слышит мать: «Не хочу ничего делать, я безответственный лентяй, мне лишь бы поразвлечься». Результат: реакция недоверия матери (словесная или несловесная), понижающая самооценку ребенка, ухудшение взаимопонимания.

Мать ребенку: «Уроки сделал?». (Значение: «Хорошо тебе. А мне еще твои штаны стирать»). Что слышит ребенок: «Не забывай, что ты не свободен». Результат: унижение ребенка, понижающее его самооценку и ухудшение взаимопонимания.

Ребенок: «Угу». (Значение: «Помню, помню, разве ты дашь забыть»).

Что слышит мать: «Смотрел в книгу, видел фигу». Результат: унижение ребенка, понижающее его самооценку, ухудшение взаимопонимания.

Мать: «Вернешься, проверим. Чтобы через час был дома». (Значение:»Можешь погулять и подольше, у меня голова болит, хоть бы ты вырос побыстрее, но тогда будет еще тяжелее...»). Реакция ребенка: «Не верю тебе и не надейся, что буду верить». Дальнейшее ухудшение взаимопонимания.

Ребенок: «Ну я пошел». – «Не надеяться невозможно. Ухожу, чтобы собрать силы для дальнейшего сопротивления» – «Ты отлично знаешь, что вовремя я не вернусь, а проверку уроков замнем».

Мать: «Надень куртку, холодно». «Глупыш, я люблю тебя». Но также: «Не забудь, что ты маленький и останешься таким всегда». Результат: понижение самооценки ребенка и ухудшение взаимопонимания.

Ребенок: «Не, не холодно. Витка уже без куртки». Значение: «Ну когда ты прекратишь свою мелочную опеку». «Есть матери и поумнее».

Мать: «Надень, говорю. Простудишься». Значение: «Пускай я и не самая умная, но когда-нибудь ты поймешь, что лучшей у тебя быть не могло». Но также: «оставайся маленьким. Не имей своей воли». Результат: тот же самый. И так далее... Конечно, точных переводов с подсознательного языка нет, главное, чтобы вы поняли, что этот язык многозначен.

Спасибо, уважаемые родители за помощь в организации занятия. Сегодня мы с вами узнали, что такое «самооценка» и как она формируется. Посмотрели и разобрали ситуации из жизни при взаимодействии «родитель – ребёнок».

ПРИЛОЖЕНИЕ 9

Протокол 3

«Уровень самооценки детей 4-5 лет – контрольной группы на контрольном эксперименте»

№	Фамилия, имя ребенка	Возраст	Расположения на ступеньках				
			Сам ребенок	Мама	Папа	Воспитатель	Друг
1	Ребенок 1	4л.	6	7	6	5	6
2	Ребенок 2	4 л.	5	5	4	5	4
3	Ребенок 3	4 л.	5	5	5	5	5
4	Ребенок 4	5 л.	5	6	6	7	5
5	Ребенок 5	4 л.	4	7	7	5	4
6	Ребенок 6	4 л.	7	7	7	7	6
7	Ребенок 7	5 л.	6	6	6	4	6
8	Ребенок 8	4 л.	5	6	5	6	5
9	Ребенок 9	4 л.	5	5	6	7	7
10	Ребенок 10	4 л.	6	6	6	5	7
11	Ребенок 11	4 л.	6	7	6	6	5
12	Ребенок 12	4 л	4	3	3	2	5
13	Ребенок 13	4 л.	5	4	5	4	4
14	Ребенок 14	4 л.	6	7	7	7	7
15	Ребенок 15	4 л.	6	7	6	5	6

ПРИЛОЖЕНИЕ 10

Протокол 4

«Уровень самооценки детей 4-5 лет – экспериментальной группы на контрольном эксперименте »

№	Фамилия, имя ребенка	Возраст	Расположения на ступеньках				
			Сам ребенок	Мама	Папа	Воспитатель	Друг
1	Ребенок 16	4л.	6	5	5	5	6
2	Ребенок 17	4 л.	7	6	6	5	5
3	Ребенок 18	4 л.	6	4	4	5	6
4	Ребенок 19	5 л.	5	4	5	4	7
5	Ребенок 20	4 л.	5	5	5	6	6
6	Ребенок 21	4 л.	7	5	7	6	6
7	Ребенок 22	5 л.	7	6	6	5	5
8	Ребенок 23	4 л.	7	7	6	6	5
9	Ребенок 24	4 л.	5	4	4	5	5
10	Ребенок 25	4 л.	6	5	5	5	5
11	Ребенок 26	4 л.	6	5	5	5	5
12	Ребенок 27	4 л	5	7	7	7	5
13	Ребенок 28	4 л.	4	6	6	6	4
14	Ребенок 29	4 л.	6	7	6	5	5
15	Ребенок 30	4 л.	6	7	6	6	6