



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

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Роль семьи в формировании адекватной самооценки у детей младшего  
школьного возраста**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

**Направленность программы бакалавриата**

**«Начальное образование. Английский язык»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

48,71 - % авторского текста  
Работа рекомендована к защите

«02» июня 2025г.

и. о. зав. кафедрой ТМиМНО

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-521-071-5-1  
Буман Милена Максимовна

Научный руководитель:

Кандидат педагогических наук, доцент

Жукова Марина Владимировна

Челябинск  
2025

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. Теоретические основы формирования самооценки у детей младшего школьного возраста.....	6
1.1. Понятие, виды, функции и стадии формирования самооценки .....	6
1.2. Особенности формирования самооценки в младшем школьном возрасте и влияние семейных отношений на формирование самооценки ребенка младшего школьного возраста.....	11
Выводы по 1 главе:.....	16
ГЛАВА 2. Экспериментальное исследование роли семьи в формировании адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста.....	17
2.1. Цель, задачи и гипотеза исследования. Организация и проведение исследования. Характеристика используемых методик .....	17
2.2. Анализ результатов исследования уровня сформированности самооценки ребенка младшего школьного возраста.....	20
2.3. Программа взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста.....	23
Выводы по 2 главе:.....	37
Заключение .....	38
Список использованных источников .....	41
Приложения .....	45
Приложение А .....	45
Приложение Б.....	50
Приложение В .....	51
Приложение Г .....	52
Приложение Д .....	53
Приложение Е.....	60
Приложение Ж.....	69
Приложение З .....	75

## ВВЕДЕНИЕ

Главная цель, которую диктует ФГОС – это вырастить полноценно развитую и гармоничную личность. Федеральный государственный образовательный стандарт становится все больше направлен на индивидуальное, личностное развитие обучающегося. Это связано с нынешними реалиями, которые просят таковых изменений.

Задача педагога – подать материал разными способами, донести его до ребенка, раскрыть весь потенциал личности ребенка и помочь ему не потерять интерес к обучению, что бывает крайне сложно. Несмотря на то, что педагог постоянно развивается и ищет новые пути обучения, младшие школьники все равно теряют интерес. Это связано и с их возрастными особенностями, и с потерей своей значимости. Они не могут оценивать себя и свои знания правильно, а именно это и связано с понятием «самооценка» [12].

Стоит отметить, что иногда взрослому человеку тяжело оценить себя. Поэтому мы определенно точно можем сказать, что педагог играет важную роль в развитии и становлении самооценки своих воспитанников [7]. Именно в этом возрасте важно заложить основы и направить ребенка в нужное русло.

Как на формирование адекватной самооценки младшего школьника влияет семья? Является ли она важным звеном в формировании самооценки? Выясним, влияет ли данный аспект на самооценку, и в какой степени это происходит.

Работа с младшими школьниками подразумевает не только объяснение и подачу материала, но и помощь в становлении как личности. Именно в этом возрасте формируются важные механизмы, в том числе и самооценка. Зная эти механизмы, педагог может влиять на фундаментальное образование личности. Актуальность данной работы заключается в определении влияния семьи на самооценку обучающегося начальных классов.

Самооценка детей младшего школьного возраста рассматривалась в работах Б. Г. Ананьева, Л. И. Божович, И. С. Кона, М. И. Лисиной, А. И. Липкиной, В. В. Столина, Е. В. Шороховой.

Семейное воспитание изучалось такими авторами, как П. Д. Юркевич, В. С. Соловьев и В. В. Розанов, М. В. Жукова.

Влияние семьи на самооценку ребенка рассматривали М. И. Лисина, Т. А. Куликова, Е. В. Слизкова, Е. С. Еганова.

Проблема: каково влияние семьи на формирование адекватной самооценки младших школьников.

Объект: процесс формирования самооценки младших школьников.

Предмет: влияние семьи на самооценку младших школьников.

Цель: изучение теоретических аспектов проблемы влияния семейного воспитания на самооценку младших школьников для разработки программы взаимодействия с родителями.

Задачи:

1. Изучить виды, функции, стадии формирования самооценки и ее особенности в младшем школьном возрасте.

2. Рассмотреть процесс влияния семейных отношений на формирование самооценки ребенка младшего школьного возраста, а также типы семейного воспитания и их влияние на самооценку.

3. Проанализировать результаты диагностики взаимосвязи самооценки и семьи младших школьников.

4. Разработать программу взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста.

Гипотеза: существует взаимосвязь между самооценкой и типом семейного воспитания: демократический стиль воспитания может способствовать формированию адекватной самооценки младшего школьника, а авторитарный или либеральный стили – неадекватной самооценки.

Методы исследования:

- теоретические: анализ литературы, обобщение и систематизация знаний;
- эмпирические методы: эксперимент, тестирование;
- методы обработки и интерпретации результатов.

База исследования: наше исследование проходило на базе ОЦ Челябинской области. Участие приняли младшие школьники 1 класса в количестве 25 человек.

Практическая значимость: разработанная нами программа может быть использована учителями начальных классов в работе с семьей.

Структурно наша работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1 Понятие, виды, функции и стадии формирования самооценки

Многие труды посвящены изучению самооценки человека. Ученые, как отечественные, так и зарубежные, исследуют данную тему, подходят к вопросу с разных сторон. Их труды помогают нам в полной мере разобраться в том, как влияет самооценка на деятельность человека, какие стадии самооценки бывают и как самооценка формируется вообще. Рассматривались вопросы, которые касаются взаимосвязи личности и самооценки, а также влияние на различные сферы деятельности человека. Это говорит о том, насколько тема важна и до конца не изучена. Она имеет большое значение в нашей жизни, но недостаточную изученность. В наши дни статьи и различные труды можно встретить все чаще и чаще, это одна из самых ведущих тем в психологии.

Наша первая задача – определить понятие, виды, функции и стадии формирования самооценки. Каждый автор дает свое определение, потому сложно прийти к единому мнению. Большинство ученых говорят, что самооценка представляет собой центральное и важное образование личности [35]. Ведь именно она закладывает фундамент направленностей и активностей младшего школьника, регулирует его поведение и деятельность. С. Л. Рубинштейн считал, что ценности, которые имеет и устанавливает человек составляют ядро самооценки. Они и связаны с внутренним миром человека и совершенствованием личности [21]. Именно самооценка и дает возможность человеку являться личностью.

Стоит отметить, что в основе лежит эмоция [3]. Оценивая себя, человек пользуется эмоцией; это происходит автоматически. Мы переживаем эмоционально, это могут быть как положительные, так и отрицательные эмоции. Следовательно, эмоции тесно связаны с самооценкой.

Также, говоря о самооценке, мы рассматриваем такое образование, как «Я-концепция» [24]. Оно вмещает в себя все знания и сведения человека о самом себе в данном времени и моменте. На это влияет, само собой, социум. Данную информацию человек также оценивает, а, следовательно, оценивает себя, свои действия и поступки. Соответственно, самооценка и «Я-концепция» тесно связаны между собой, ведь самооценка является частью этого образования. [14] Здесь мы уже говорим не только об эмоциях, но и о ценностях. Подробнее описана гуманистическая теория самооценки в работах К. Роджерс.

Существует теория зеркального «Я» [7]. Суть гласит о том, что зеркалом «Я» является оценка значимых людей для человека. Так и происходит самопознание. Речь идет о важности оценки других людей для того, чтобы оценить самого себя.

Психоаналитическая теория З. Фрейда рассматривает самооценку в трех аспектах: Оно (бессознательное, регулируется принципом удовольствия), Я (противостоит давлению бессознательных влечений), Сверх – Я (совесть, идеал, критикует остальные инстанции личности). Здесь мы уже видим четкую и сложную структуру [17].

Объединяя все теории, труды и мнения ученых, мы можем сказать, что это уровень понимания человеком самого себя, своих положительных и отрицательных качеств, оценивание своей личности, часть Я-концепции.

Исходя из трудов и определений данного понятия, можно сделать вывод о том, что самооценка каждого человека отличается. Дело в том, что не каждый человек может оценить себя. Потому выделяют несколько видов самооценки [19]:

1. Адекватная самооценка,
2. Неадекватная самооценка,
3. Смешанная самооценка.

Первый вид представляет собой здоровое и правильное оценивание. Здесь мы говорим о том, что человек может действительно оценить себя, свои

действия, при этом не занижая и не завышая оценку. Человек с адекватной самооценкой трезво воспринимает свои способности, особенности и возможности. Он видит свои плюсы и минусы, поэтому может работать над ними и над собой.

Неадекватную самооценку можно разделить на заниженную и завышенную. Здесь любой расклад является неверным для человека. Человек с завышенной самооценкой склонен превозносить себя над другими, говорить только о своих достоинствах и абсолютно не видеть своих недостатков. Такие люди самоутверждаются за счет других людей, имеющих заниженную самооценку. Человек с заниженной самооценкой наоборот не видит своих положительных качеств, говорит лишь об отрицательных. Это говорит о том, что мнение человека о себе далеко от объективного. Неадекватная самооценка мешает коммуникациям. Смешанная самооценка, она же нестабильная, представляет собой оценку себя на разных этапах жизни по-разному. Человек может оценивать себя адекватно в одной ситуации и неадекватно в другой. Речь так же про отдельные действия и качества человека. Как правило, это ведущий вид самооценки [25].

Склонность к любому виду является устойчивым личностным качеством. Самооценка так или иначе базируется на оценке окружающих людей, результатов деятельности и соотношения реального и идеального представлений человека о себе [26].

Как мы уже отметили, самооценка – важный и сложный процесс. По мнению исследователей, он выполняет ряд важнейших функций [29]:

- регуляторная (принятие решения, регуляция своей деятельности, постановка перед собой задачи и цели);
- защитная (обеспечивает стабильность и независимость личности);
- развивающая (направляет личность на самосовершенствование, стимулирует ее развитие);
- отражающая (позволяет человеку оценить адекватность и правильность своих действий);



- эмоциональная (дает человеку возможность чувствовать позитивное или негативное отношение к себе, ощущать удовлетворенность или неудовлетворенность собой);
- адаптационная (помогает человеку приспособиться к окружающей действительности и социуму);
- прогностическая (дает человеку представление о деятельности, регулирует активность в начале выполнения определенной задачи);
- корректирующая (позволяет человеку скорректировать деятельность в процессе выполнения задачи);
- ретроспективная (обеспечивает возможность оценки человеком своей деятельности на заключительном этапе выполнения задачи или после достижения/не достижения цели);
- мотивирующая (направляет, побуждает человека к действию, для получения возможного позитивного опыта);
- терминальная (дает человеку возможность прекратить начатое действие, остановиться, если в процессе выполнения, человек понимает, что недоволен собой).

Именно эти функции и помогают формировать самооценку человека. Они развиваются с тем, как самооценка основывается. Почему же мы говорим об основании или формировании самооценки?

Самооценка не появляется с рождением человека. Она формируется постепенно, и начинается это в дошкольном возрасте [24]. Человек проходит множество этапов, прежде чем формируется его самооценка. На это влияют и возрастные кризисы, и социум, в котором он живет, и наиболее значимые факторы [34]. Такими факторами выступают семья, ее влияние на ребенка (оценка ребенка взрослым), воспитание, обучение (оценка учителем, успешность ребенка, особенности общения), особенности личности (интеллектуальные и физические особенности, его ценности), направленность (то есть притязания личности), социальное окружения (друзья, знакомые, сверстники, одноклассники) и СМИ, интернет и телевидение [29].

Все факторы связаны друг с другом и работают в совокупности. Они выполняют свои функции одновременно. Делая вывод, можно сказать, что формирование самооценки происходит под воздействием социума, влиянием особенностей развития человека и его деятельности [5].

Отталкиваясь от факторов, влияющих на формирование самооценки, мы переходим к стадиям ее формирования. Ученые выделяют 4 стадии формирования самооценки [17]:

*Первая стадия (от 0 до 18 месяцев).* Дети с раннего возраста подкрепляют все свои достижения и неудачи эмоциями. Мы уже говорили о том, что эмоции тоже являются частью самооценки, соответственно, на этой стадии наблюдаются первые проявления самооценки. Несмотря на то, что простые оценочные реакции на этом этапе довольно редки, можно говорить о первых неосознанных попытках оценки себя и своей деятельности.

*Вторая стадия (от 1,5 до 3-4 лет).* Ребенок пытается добиться большей самостоятельности, он любознательный и инициативный. Здесь важную роль играют родители. Ребенок оценивает себя на основе их оценки. Именно они оказывают сильное влияние на ребенка на этом этапе. Уже к 3-4 годам ребенок начинает сравнивать себя и свои действия с другими.

*Третья стадия (от 4 до 6-7 лет).* Здесь у ребенка появляется чувство вины или инициативы. Это зависит от процесса социализации. Очень важны оценки других людей, особенно – родителей. Формируется мотивация успеха (или неуспеха).

*Четвертая стадия (от 7 до 10-11 лет).* Ребенок становится более независимым от взрослого, его отношения с окружающими расширяются. Психические процессы достаточно развиты, ребенок способен оценить себя и анализировать свои действия. Таким образом, он может регулировать свои действия в дальнейшем на основе опыта, который уже получил. В это время ребенок наиболее чувствителен к оценке взрослых, потому как они являются авторитетом. И, конечно, в большей мере самооценка на данной стадии формируется под влиянием учителя, так как ребенок приходит в школу.

Учитель становится одним из ключевых людей. Но педагог оценивает в первую очередь знания ребенка, а потому ребенок придает большое значение учебе и оценкам в школе [6]. Младшие школьники вместе с тем становятся более требовательны к себе. Самооценка зависит и от деятельности, в данном случае – учебной. Так начинают различаться уровни самооценки.

*Четвертая стадия (от 10-11 до 14 лет).* Уровень самопознания гораздо выше, чем на прошлых стадиях. Человек начинает правильно и адекватно оценивать себя и стремится к самосовершенствованию. Не стоит забывать, что на начале данной стадии у подростков прослеживается переходный возраст, но уже к концу этого периода он оценивает себя адекватно.

В дальнейшем, по мнению ученых, самооценка складывается под влиянием трудовой деятельности. Самооценка позволяет оценивать себя и свой потенциал и принимать свои сильные и слабые стороны [1].

Итак, можно сделать вывод, что самооценка – сложное образование личности, которое помогает регулировать деятельность человека и является частью «Я». Это образование устойчивое и формируется постепенно.

## 1.2 Особенности формирования самооценки в младшем школьном возрасте и влияние семейных отношений на формирование самооценки ребенка младшего школьного возраста

В 7 лет ведущий вид деятельности ребенка меняется, а вместе с тем меняется и его восприятие, ценности и интересы [14]. Новая социальная роль, окружение играют важную роль в жизни младшего школьника. Он начинает и на себя смотреть иначе, соответственно, и оценивать тоже.

Как и у всех людей, самооценка младшего школьника может быть адекватной и неадекватной, может меняться. Выделяют несколько групп.

Дети с адекватной самооценкой обычно более энергичны и веселы. Они учатся, хотят прийти к чему-то новому, открыты к общению и могут воспринимать критику. Дети, чья самооценка завышена, прилагают много сил, чтобы преуспеть в любой деятельности. Они всегда самостоятельны, потому

что считают это правильным. Ребенок самоуверен и считает, что он может справиться без чье-либо помощи и достигнуть успеха. Младшие школьники в заниженной самооценкой желают легких задач и заданий, ведь они считают, что не смогут справиться с чем-то более глобальным и сложным. Все это сопровождается тревогой и волнением. У ребенка нет высоких достижений, на которые он мог бы ровняться, а стремиться к этому он не может из-за страха. И, наконец, неустойчивая самооценка. Младшие школьники берутся за что-то, что им не по силам, а когда терпят неудачу, меняют вид деятельности или упорно двигаются дальше, чтобы закончить начатое [15].

Самооценка младшего школьника динамична. Она только лишь стремится к устойчивости, ведь впереди еще один этап ее формирования, о котором мы уже говорили ранее [2]. И важность этого этапа в том, что именно в этом возрасте происходит переход от конкретно-ситуативной самооценки, то есть оценки своих действий, к более обобщенной. Появляется способность рефлексировать. Стоит отметить, что развивающее обучение В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина, Л.В. Занкова способствует развитию тех самых рефлексивных умений и создает основу для формирования адекватной самооценки детей младшего школьного возраста [27].

Д.Б. Эльконин писал, что у младших школьников приобретает «внутренний механизм». Ребенок начинает регулировать свое поведение через самооценку. Здесь самооценка проявляется еще и как отношение к достигнутому [23].

Итак, главная особенность самооценки на данном этапе заключается в более общей самооценке. То есть наполнение новыми ценностными ориентациями относительно окружающего мира и самого себя.

Большое влияние на формирование самооценки оказывает семья. Интенсивное развитие когнитивных, эмоциональных и социальных навыков в этот период делает детей особенно восприимчивыми к внешним факторам, прежде всего, к влиянию семьи. Будучи первой социальной группой в жизни ребенка, семья играет решающую роль в становлении его самооценки,

определяя, как он воспринимает себя, свои возможности и место в обществе [4].

Взаимодействие родителей и детей, особенно изучение родительских установок и позиций, – предмет пристального внимания психологов. Значительный вклад в эту область внесли такие отечественные исследователи, как А. Я. Варга, О. Я. Карабанова, Э. Г. Эйдемиллер и др. Семейный опыт, начиная с раннего детства, формирует не только общую социальную направленность ребенка, но и его самооценку, которая прямо зависит от родительского отношения [1].

На стиль семейного воспитания влияют личностные особенности родителей, такие как экстраверсия, интроверсия, чувствительность, спонтанность и уровень агрессивности [28]. Е.Н. Спирёва связывает стиль воспитания с балансом сплоченности и гибкости в семье, указывая, что дисгармония в этих характеристиках приводит к неэффективному воспитанию. Т. Адорно также подчеркивал, что авторитарный тип личности родителей формирует авторитарные отношения с детьми, характеризующиеся стереотипами, зависимостью, жестокостью и подавлением [32].

Формирование самоидентичности ребенка («Кто я?») напрямую связано с его участием в реальных отношениях, таких как семейные или социальные взаимодействия. Однако, как подчеркивает профессор А.Я. Варга, важно не только количество, но и качество этого общения [11]. На адекватность самооценки ребенка влияют такие факторы, как внимание родителей, уровень общей и частной самооценки, использование поощрений и наказаний, а также ожидания успеха или неудачи.

К. Роджерс считал, что матери играют важнейшую роль в формировании самооценки ребенка, прежде всего, своим примером. Положительное отношение матери к себе служит образцом самопринятия для ребенка [20]. Кроме того, стиль воспитания также влияет на уровень самооценки: уклончивое поведение родителей может привести к низкой самооценке у

ребенка, терпимость и покровительство – к средней, а четкие правила в сочетании с доверием – к высокой.

Авторитарный стиль воспитания, по мнению В. В. Кузьминой, подавляет в ребенке такие важные качества, как самостоятельность, чувство собственного достоинства, инициативность и уверенность в себе. Дети, воспитанные в такой атмосфере, часто стремятся покинуть родительский дом, чтобы освободиться от негативного влияния. В результате у них может развиваться неуверенность в своих силах и страх неудачи, например, при открытии собственного бизнеса, из-за отсутствия амбиций, сформированных в детстве [20].

Л. С. Алексеева считает демократический стиль воспитания наиболее благоприятным для развития гармоничных отношений между родителями и детьми. Этот подход способствует развитию самостоятельности, инициативности и социальной ответственности ребенка. Демократичные родители сочетают твердость и последовательность с гибкостью и разумностью: они объясняют свои требования, готовы обсуждать их с ребенком, прислушиваются к его мнению, но не идут на поводу у всех его желаний, используя свою власть только при необходимости. Дети, воспитанные в демократичном стиле, демонстрируют лучшую адаптацию, более высокую самооценку и уверенность в себе, хороший самоконтроль и социальную компетентность, а также более высокие учебные достижения по сравнению с детьми, воспитанными в других стилях [5].

Исследования показывают связь между заботливым отношением родителей и высокой самооценкой у взрослых детей, что подтверждается способностью таких детей вспомнить больше деталей своего воспитания [22]. Однако чрезмерная забота, гиперопека, имеет обратный эффект, снижая уровень самооценки, поскольку лишает ребенка возможности делать самостоятельный выбор. С. В. Ковалев также подчеркивает негативное влияние избыточного эмоционального тепла на формирование автономности

детей, как мальчиков, так и девочек, способствуя развитию зависимости и ограничивая их самостоятельность [25].

Либеральный стиль воспитания, или невмешательство, предполагает минимальное участие родителей в развитии ребенка. Родители редко руководят или контролируют детей, часто уговаривая их выполнить задания. Они реагируют главным образом на возникающие проблемы, предоставляя детям большую свободу и почти не устанавливая ограничений. Такой подход характеризуется низкой требовательностью и ответственностью родителей за результаты воспитания. Хотя либеральный стиль противоположен чрезмерному контролю, он не гарантирует послушания и может приводить к агрессии, импульсивности и трудностям в социальных взаимодействиях. Вместе с тем, дети, воспитанные в такой среде, иногда проявляют активность, решительность и творческий потенциал [30].

В реальной жизни «в чистом виде» стили воспитания не встречаются, семьи используют различные подходы в зависимости от ситуации. Однако со временем формируется преобладающий, относительно стабильный стиль воспитания, который, тем не менее, поддается корректировке. Говоря о стилях семейного воспитания, важно понимать их тесную связь с более широким понятием родительского отношения к ребенку [34]. Разные стили по-разному влияют на ребенка, но именно родительское отношение, включающее субъективную оценку и избирательное восприятие, определяет особенности взаимодействия с ним и методы воспитания. Выбор стиля зависит от личностных качеств родителей, их эмоционального восприятия ребенка, уровня контроля и стремления соответствовать общественным нормам [34].

Мы можем сказать, что влияние семьи на самооценку младшего школьника проявляется в различных аспектах. Семейная среда существенно влияет на формирование самооценки ребенка [28]. Любовь, принятие и поддержка родителей создают чувство безопасности, в то время как конфликты и холодность приводят к тревожности и заниженной самооценке. Авторитарный стиль воспитания также способствует низкой самооценке,

либеральный может привести как к завышенной, так и к заниженной, а демократический помогает сформировать адекватную самооценку. Постоянная критика и завышенные ожидания родителей подрывают веру ребенка в себя, тогда как конструктивная критика и похвала, наоборот, способствуют позитивной самооценке. Наконец, гармоничные семейные отношения дают ребенку чувство уверенности, а конфликты негативно сказываются на его эмоциональном состоянии и самооценке [29].

Семья – определяющий фактор формирования самооценки младшего школьника [1]. Семейные отношения, стиль воспитания, оценки и ожидания родителей – все это существенно влияет на самовосприятие ребенка, его способности и понимание своего места в мире [11]. Понимание этих механизмов необходимо для создания благоприятной семейной атмосферы, способствующей развитию здоровой и адекватной самооценки у детей.

Выводы по 1 главе:

Итак, мы сделали вывод о том, что самооценка – уровень понимания человеком самого себя, своих положительных и отрицательных качеств, оценивание своей личности, часть Я-концепции. Она имеет несколько уровней (завышенный, заниженный и адекватный). Формируется постепенно, начиная с рождения и зависит от влияния внешних факторов. Младший школьный возраст – важный период для формирования самооценки.

Важным периодом формирования самооценки является именно младший школьный возраст. Ведущая деятельность ребенка – учебная, она играет важную роль. Именно здесь есть возможность корректировать самооценку. Кроме того, в ребенка закладываются основы как в кругу семьи, так и педагогом в школе.

Семья – важный аспект в формировании самооценки. Гармоничные семейные отношения дают ребенку чувство уверенности, а конфликты негативно сказываются на его эмоциональном состоянии и самооценке.



## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РОЛИ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Цель, задачи и гипотеза исследования. Организация и проведение исследования. Характеристика используемых методик

Эксперимент осуществлялся на базе образовательного центра города Челябинск. Работа проводилась в одном классе, не имеющим особого профиля. В данном классе проводилось два тестирования для получения точных результатов. Первая методика направлена на выявление уровня самооценки, а вторая – на выявление типа семейного воспитания. В ходе работы мы провели тестирование и сопоставили полученные результаты. Нам было интересно проследить взаимосвязь типа семейного воспитания и уровня самооценки младшего школьника. В общей сложности в данном эксперименте приняло участие 25 младших школьников.

Мы понимаем, что на самооценку младших школьников могут влиять другие факторы, о которых мы писали выше, но постараемся выявить зависимость уровня самооценки от типа семейного воспитания.

Также мы постараемся подтвердить свою гипотезу: существует взаимосвязь между самооценкой и типом семейного воспитания: демократический стиль воспитания может способствовать формированию адекватной самооценки младшего школьника, а авторитарный или либеральный стили – неадекватной самооценки.

Для изучения уровня сформированности самооценки младших школьников мы использовали две методики [25].

Тест-опросник самоотношения разработан В. В. Столиным и С.Р.Пантелеевым. Построен на основании иерархической модели структуры самоотношения. Эта версия опросника помогает выявить три уровня самоотношения, которые отличаются по степени обобщенности:

1. Глобальное самоотношение (чувство «за» и «против» себя);

2. Самоотношение, которое делится на самоуважение (вера в свои силы и способности), аутсимпатии (самопринятие или самообвинение), самоинтерес (мера близости к самому себе) и ожиданиям отношения к себе (положительное или негативное мнение окружающих по отношению к тебе);

3. Уровень конкретных действий в отношении к своему «Я».

Говоря о последнем уровне, мы можем заметить «Я-концепцию», о которой уже говорили ранее. Изначально говорится о различии содержания «Я-образа» и самоотношения. Человек познает себя и накапливает знания, а они в свою очередь составляют содержательную часть его представлений о себе. Эти знания и есть объект его эмоций и оценок, они становятся предметом его уже устойчивого самоотношения [24].

В ходе тестирования предлагается ответить на 57 утверждений. Если ребенок согласен с каким-то утверждением, он ставит знак «+»; если же он не согласен, то ставит знак «-».

Текст опросника представлен в приложении А, там даны все задания. В самом тексте даны такие утверждения, которые помогают раскрыть испытуемого, его личность. Утверждения также связаны с тем, как относятся, по мнению ребенка, окружающие. Также есть утверждения о самом ребенке, о его мнении о себе. Всего 57 утверждений.

Каждый фактор дает показатель, они в итоге суммируются. Отдельно складываются те показатели, с которыми обучающийся согласен, и с которыми не согласен. В итоге мы получаем балл, который необходимо перевести. Получаются проценты, которые можно интерпретировать с помощью ключа.

Есть несколько шкал: интегральная, шкала самоуважения, шкала аутосимпатии, шкала ожидаемого отношения от других, шкала самоинтересов, самоуверенности, отношения других, самопринятия, самопоследовательности (саморуководства), самообвинения, самоинтереса, самопонимания.

Если испытуемый набрал от 45 до 55 баллов, то он оценивает себя адекватно. Это средняя норма. Если он набрал от 55 до 70 баллов, то уровень самооценки завышен. Соответственно, результат от 40 до 45 баллов показывает нам заниженный уровень самооценки.

Более 80 и менее 40 баллов интерпретировать не стоит, потому что такие данные получены под влиянием сторонних факторов. Например, под влиянием социальной желательности.

Методика «Рисунок семьи» (Л. Корман) направлена на исследование межличностных отношений в семье. Данная методика, в первую очередь, рассматривает переживания и отношения ребенка, его отношение к семье и каждому отдельному ее члену. Методика подходит для старшего дошкольного и младшего школьного возраста [20].

В ходе работы ребенку дается инструкция: необходимо нарисовать семью. Не стоит давать каких-то объяснений и говорить о том, а что именно такое семья. Если вопросы от ребенка есть, стоит еще раз повторить инструкцию. Ребенок может рисовать так, как ему захочется. Время выполнения не ограничивается, но в среднем для этого хватает урока. После того, как ребенок нарисовал, стоит задать пару вопросов, чтобы результаты были более точные. Обычно задаются следующие вопросы:

1. Скажи, кто тут нарисован?
2. Где они находятся?
3. Что они делают? Кто это придумал?
4. Им весело или скучно? Почему?
5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Результаты теста обрабатываются нами на основании самого рисунка и ответов. Ответы позволяют дополнить рисунок младшего школьника. На самом же рисунке важно расположение членов семьи и самого ребенка относительно родителей. Расположение помогает отметить какие-то психологические особенности взаимоотношений в данной семье. Например,

сплоченность изображается соединенными руками членов семьи. Речь идет о психологическом благополучии и включенности в семью. Рисунки отличного характера наоборот указывают на низкий уровень связей в семье. Если ребенок рисует отдаленно некоторых членов семьи, это также говорит о некоторых сложностях во взаимодействии в семье. Если сам ребенок отдален от остальных членов семьи, это говорит о отчужденности.

Каждая деталь в рисунке важна, и интерпретация занимает большую часть времени. Но в этом случае ответы детей на дополнительные вопросы помогают быстрее определить тип семейных отношений. Если семья нарисована и описана ребенком сплоченной, и на рисунке нет лиц, которые стоят отдельно, то можно говорить о демократическом типе семейных отношений. Если ребенок рисует себя отдельно или говорит о неравном отношении родителей к детям, то речь о более жестком типе – авторитарном.

Данные методики отлично дополняют друг друга и позволяют в полной мере выявить уровень сформированности самооценки младшего школьника даже под влиянием различных факторов. Ответы детей всегда могут быть обусловлены иными факторами, но мы смогли подобрать методики, которые помогают увидеть роль семьи в формировании адекватной самооценки младшего школьника [25].

## 2.2 Анализ результатов исследования уровня сформированности самооценки ребенка младшего школьного возраста

Таблица 1 – Распределение испытуемых по уровням самооценки

Уровень самооценки	Количество	
	N	Доля (%)
Адекватный	14	56
Завышенный	7	28
Заниженный	4	16

Исходя из результатов (таблица 1), мы видим: адекватный уровень самооценки имеют 14 человек (56%), завышенный уровень самооценки наблюдается у 7 младших школьников (28%), а 4 ребенка (16%) обладают

заниженным уровнем самооценки. Большинство испытуемых данного класса имеет адекватную самооценку, и мы предполагаем, что у данных младших школьников благоприятные условия в семье. Обучающиеся с заниженной или завышенной самооценкой, вероятно, имеют проблемы в семье с определенными членами семьи или с родителями в целом. Завышенная самооценка встречается чаще, чем заниженная, что может указывать также на проблемы взаимодействия в семье и даже либеральный тип семейного воспитания. Более подробные результаты можно увидеть в приложении Б.

Таблица 2 – Распределение семей по стилям воспитания

Стиль воспитания в семье	Количество	
	N	Доля (%)
Демократический	11	44
Авторитарный	4	16
Либеральный	10	40

Исходя из исследования (таблица 2), мы можем увидеть следующие результаты: 11 младших школьников (44%) имеют демократический стиль воспитания в семье, 10 испытуемых (40%) воспитываются в семье с либеральным стилем, а 4 ребенка (16%) – в семье с авторитарным стилем. Большая часть класса воспитывается в семьях с демократическим стилем, однако разница с семьями с либеральным стилем невелика – всего 4%. Более подробный результат можно увидеть в приложении В.

Несмотря на некоторые расхождения в процентном соотношении, мы можем сказать, что стиль воспитания влияет на самооценку младшего школьника. Мы видим, исходя из результатов, что испытуемые с адекватной самооценкой в большинстве своем воспитываются в семьях с демократическим стилем. Есть исключения, и мы видим в этих случаях и либеральный стиль тоже, однако, мы помним о факторах, которые также могут влиять на ответы младшего школьника. Для более наглядного результата, мы представляем сводную таблицу (таблица 3).

Таблица 3 – Сводная таблица по результатам исследования

Номер учащегося	Тест-опросник	«Рисунок семьи»
1	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
2	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
3	Заниженный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
4	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
5	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
6	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
7	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
8	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
9	Завышенный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
10	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
11	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
12	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
13	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
14	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
15	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
16	Заниженный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
17	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
18	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
19	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
20	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
21	Заниженный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
22	Завышенный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
23	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
24	Заниженный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
25	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания

В сводной таблице (таблица 3) мы видим следующую взаимосвязь: из 14 человек (56%), имеющих адекватную самооценку, 11 испытуемых (44%) воспитываются в семье с демократическим стилем. Только 3 младших школьника с адекватной самооценкой имеют либеральный тип воспитания в семье, что составляет примерно 21% от числа детей с адекватной самооценкой. Обучающиеся с заниженной или завышенной самооценкой имеют либеральный или авторитарный стили воспитания в семье. Как мы писали ранее, отсутствие какого-либо контроля или наоборот жесткий контроль над ребенком влияют отрицательно на самооценку младшего школьника. Самооценка не является адекватной, а наоборот уходит в две крайности. Это может являться защитной реакцией ребенка. Наша гипотеза подтвердилась: существует взаимосвязь между самооценкой и типом семейного воспитания:

демократический стиль воспитания может способствовать формированию адекватной самооценки младшего школьника, а авторитарный или либеральный стили – неадекватной самооценки.

### 2.3 Программа взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста

Для включения родителей в процесс формирования адекватной самооценки младших школьников нами была придумана программа по работе с семьей, которая рассчитана на 4 учебных года. В данной программе мы опишем основные направления и формы реализации программы для устранения низкого уровня активности родителей при формировании адекватной самооценки младшего школьника.

В состав программы входит:

- титульный лист,
- пояснительная записка,
- цель и задачи,
- общая характеристика программы,
- содержание программы,
- календарно-тематическое планирование.

Примеры поурочных занятий отражены в приложениях Д, Е, Ж, З.

Далее представим программу взаимодействия с семьей.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР Г. ЧЕЛЯБИНСКА»

ПРИНЯТА Педагогическим советом  
Протокол №1 от 01.01.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ Директор  
Приказ №1 от 01.01.2025 г.

**ПРОГРАММА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЕЙ**

«Самооценка моего ребенка»  
для родителей детей 1-4 классов  
на 2025-2029 учебный год

Составитель: Буман М. М.

г. Челябинск, 2025-2029 уч. год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа составлена в соответствии с нормативными документами:

- федеральным законом от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286;
- порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с



применением дистанционных образовательных технологий (приложение № 1 к письму Минпросвещения России от 7 мая 2020 года № ВБ-976/04);

– санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648- 20);

– санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);

– уставом муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Образовательный центр г. Челябинска» от 22.01.2020 № 63-у;

– основной образовательной программой начального общего образования, утверждённой приказом №550/1 от 31.08.2022;

– положением об организации внеурочной деятельности обучающихся, принятым Педагогическим советом протокол от 05.05.2022 № 11, утвержденным приказом от 05.05.2022 № 119;

– учебным планом МАОУ «Образовательный центр г. Челябинска» на 2025-2029 учебный год.

Наша программа подразумевает взаимодействие педагога и семьи для формирования адекватной самооценки младшего школьника. Данная программа поможет облегчить этот процесс и даст конкретные шаги для работы. Каждому ребенку важно чувствовать поддержку не только со стороны педагога, но и со стороны родителей, поэтому важно выстроить данный процесс грамотно и незаметно для ребенка. В нашу программу входит КТП (календарно тематическое планирование), которое поможет педагогу включить в работу родителей. В приложениях можно наблюдать примеры заданий, которые были разработаны нами.

Практическая и деятельностная направленности программы осуществляется через игры, игровые занятия, практикумы, мастер-классы, лекции, классные часы, родительские собрания, экскурсии. В работе мы используем несколько форм организации деятельности учащихся и родителей – индивидуальная, групповая, кружковая. Предполагаются различные формы привлечения семьи к совместной деятельности: семейные домашние задания, помощь родителей с экскурсиями на разные работы, участие в организации праздников и в выполнении летних заданий.

Цель: формирование у родителей активной включенности в процесс формирования адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста.

Задачи:

- расширить у родителей представление о программе, а также о ее плюсах и минусах;
- показать важность участия в процессе формирования самооценки;
- развить в родителях чувство уважения к труду учителя и обучающихся;
- расширить кругозор, уточнить круг представлений о школьной жизни детей;
- создать с родителями положительную основу для формирования адекватной самооценки младшего школьника;
- воспитать в детях физические, психологические, социальные качества, необходимые для полноценного развития личности при помощи совместной работы с родителями.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

Самооценка – уровень понимания человеком самого себя, своих положительных и отрицательных качеств, оценивание своей личности, часть Я-концепции. Система личных ценностей служит главным критерием самооценки. На основе главных функций, в частности регуляторной, решаются задачи индивидуального выбора в различных ситуациях. Они и обеспечивают относительную стабильность и независимость индивида. Значительную роль в формировании самооценки играют оценки сверстников, родителей и педагогов.

Чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, мог лучше адаптироваться в обществе и преодолевать трудности, ему необходимо иметь позитивный образ себя. Его самооценка способствует личностному росту. Дети с заниженной самооценкой, как правило, находят непреодолимые препятствия практически в любой деятельности. У них высокий уровень тревожности, они хуже приспосабливаются к жизни, им трудно сойтись со сверстниками. Пассивность, подозрительность, повышенная уязвимость, обидчивость становятся их постоянными спутниками. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся быть хуже других, и если они участвуют в них, они часто обижаются и уходят, им больно от насмешек и конфронтации со сверстниками.

Чаще всего заниженная самооценка формируется в семье в результате выбранного родителями стиля воспитания ребенка. Это может быть гипер-уход, когда ребенок теряет всякую независимость и инициативу. Он вырос по принципу «Я знаю лучше, как это будет лучше для вас». В этом случае у ребенка нет желания расти. Другой сценарий – авторитарный подход в воспитании личности. При этом наказывается любое проявление воли ребенка. От него ожидается безусловное послушание. Ему внушают веру в то, что он никогда ничего не сможет сделать.

Иногда дети, которым дают отрицательную оценку в семье, пытаются компенсировать это в общении с другими детьми. Они хотят быть первыми в любое время и в любом месте, и если им это не удастся, эти дети могут быть агрессивными по отношению к своим сверстникам, выражать все свои негативные эмоции. Такие дети имеют очень высокий риск деструктивного поведения по отношению к себе или окружающим людям; их внутренний потенциал остается неизвестным. Поэтому становится очевидной необходимость оказания своевременной социально-психологической помощи этой категории детей. С этой целью была разработана программа по формированию адекватной самооценки у детей начальной школы.

В процессе формирования самооценки важную роль играет не только педагог, который проводит много времени с ребенком, но и родитель. Он, как никто другой, знает своего ребенка, понимает и чувствует его. Порой родители не осознают, как помочь ребенку адекватно оценить себя, так как не видят его в школе, на уроках и

переменах. А именно эта сфера жизни преобладает над другими и охватывает большую часть времени. Исходя из этого, мы делаем вывод, что здесь важна совместная работа педагога и родителя. Это те взрослые люди, которые оказывают влияние на младшего школьника и проводят большую часть времени с ним. Важно верно построить работу и помочь ребенку адекватно оценивать себя и свои действия.

Наша программа поможет родителям включиться в процесс формирования адекватной самооценки младших школьников и дополнит работу педагога в этом направлении.

Философское основание программы составили взгляды на семью П. Ф. Каптерева, И. С. Ильина, В. О. Ключевского, Ш. А. Амонашвили, С. Л. Соловейчика. Образовательное учреждение было, есть и остается одним из социальных институтов, обеспечивающих воспитательный процесс и реальное взаимодействие ребенка, родителей и социума. П. Ф. Каптерев подчеркивал, что необходима неразрывная связь различных социальных институтов, которые оказывают влияние на развитие личности: семьи, системы образования, общества, государства.

Чтобы ребенок вырос в социальной и образованной среде, ему нужна помощь и со стороны семьи, и со стороны школы. Поэтому нами создана данная программа взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста.

Основные направления работы можно разделить на несколько блоков:

Информационно-просветительская работа с родителями необходима на начальном этапе. Это личные консультации, собрания, семинары, информационные материалы в формате памяток или буклетов. Все материалы должны быть направлены на формирование самооценки.

Практические занятия важны после получения определенного уровня теории. Соответственно, данный блок идет после информационно-просветительской работы. Разнообразные тренинги, мастер-классы, ролевые игры. Все они должны быть направлены на отработку данных навыков. Отрабатывается позитивное общение с ребенком, родитель поддерживает и поощряет.

Совместная деятельность родителя и ребенка. Речь об организации конкурсов, мероприятий, различных выставок. Подходит все, что способствует развитию творческих способностей и говорит о самовыражении ребенка.

Индивидуальная работа с семьями важна на протяжении всего процесса реализации программы. Подходят консультации психолога, социального педагога, классного руководителя, если это необходимо родителям.

Ожидаемые результаты:

1. Повышение уровня самооценки у ребенка младшего школьного возраста.
2. Развитие уровня уверенности в себе.
3. Пониженный уровень тревожности и обеспокоенности младшего школьника.
4. Более благоприятная атмосфера в семье, улучшение взаимоотношений.
5. Более тесная и прочная связь между семьей ребенка и школой.

Таблица 4 – Календарно-тематическое планирование по классам

Месяц	Тема	Форма работы	Ответственные	Ожидаемый результат
<b>1 класс</b>				
Сентябрь	Адаптация в школе. Какие сильные стороны есть у моего ребенка?	Родительское собрание для знакомства. Анкетирование «Мой ребенок» для понимания педагогом полной картины семьи. Упражнение, которое проводится с детьми «Я умею». Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель знакомится с родителями и семьями. Узнает больше о ребенке, о его сильных сторонах
Октябрь-ноябрь	Учимся дружить и взаимодействовать друг с другом	Тренинг, проведенный для родителей «Учим детей общаться». Игра для детей «Комплименты». Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Развитие коммуникативных навыков младших школьников, умения видеть свои хорошие поступки и хвалить себя за них, а также хвалить других
Декабрь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения промежуточных результатов. Анкетирование «Мой ребенок» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители видят и оценивают промежуточные результаты и подводят итог полугодия. Выстраивается система личных консультаций
Январь-февраль	Я чувствую своего ребенка	Личные встречи в формате консультаций с психологом для родителей и их детей. Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Каждая семья, присутствовавшая на личной консультации, получила ряд рекомендаций и комментариев от психолога
Март-апрель	Успехи моего ребенка	Выставка рисунков от младших школьников «Я горжусь собой». Работа с родителями в формате обсуждения способов похвалы самого себя и своих сверстников. Рефлексия	Классный руководитель, родители	Дети учатся хвалить себя за дело и адекватно оценивать свои достижения. Родители осваивают наиболее эффективные способы похвалы, пробуют их на практике
Май	Мы можем помочь другим	Акция от детей и их родителей «Добрые дела». Разговор с детьми о том, как важно помогать. Рефлексия	Классный руководитель, родители	Дети развивают эмпатию и ощущают важность своей помощи, свою значимость

Продолжение таблицы 4

Июнь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения результатов года. Рефлексия. Анкетирование «Мой ребенок» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители подводят итог и видят итоговую картину; отмечают изменения, которые произошли в ребенке в течение года
<b>2 класс</b>				
Сентябрь	Возможности для моего ребенка	Родительское собрание на тему «Задачи развития на год». Анкетирование родителей «Интересы моего ребенка». Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Определение интересов ребенка, зон его развития. Составление плана работы
Октябрь-ноябрь	Мы можем справиться с трудностями	Тренинг для родителей «Как помочь ребенку преодолевать трудности». Игра совместно с детьми «Решаем задачи вместе»	Психолог, классный руководитель	Развитие навыков кооперации и коммуникации; умение решать проблемы
Декабрь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения промежуточных результатов. Анкетирование «Интересы моего ребенка» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители видят и оценивают промежуточные результаты и подводят итог полугодия. Выстраивается система личных консультаций
Январь-февраль	Я чувствую своего ребенка	Личные встречи в формате консультаций с психологом для родителей и их детей. Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Каждая семья, присутствовавшая на личной консультации, получила ряд рекомендаций и комментариев от психолога

Продолжение таблицы 4

Март-апрель	Достижения моего ребенка	Конкурс для детей «Мои увлечения». Презентация своих работ от детей, их представление. Рефлексия	Классный руководитель, родители	Дети самостоятельно презентуют свои работы и рассказывают о своих увлечениях
Май	Мой ребенок учится оценивать себя	Мастер-класс для родителей «Как научить ребенка оценивать себя самостоятельно?». Упражнение с детьми «Мои сильные и слабые стороны». Рефлексия	Психолог	Родители осваивают навыки самоанализа, которые передают детям
Июнь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения результатов года. Рефлексия. Анкетирование «Интересы моего ребенка» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители подводят итог и видят итоговую картину; отмечают изменения, которые произошли в ребенке в течение года
<b>3 класс</b>				
Сентябрь	Ребенок – личность	Родительское собрание на тему «Возрастные особенности младших школьников». Обсуждение вопроса «Что значит быть самостоятельным?» Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Родители знакомятся с возрастными особенностями, обсуждают вопросы самостоятельности
Октябрь-ноябрь	Учимся ставить цели	Практикум, предназначенный для родителей «Как помочь ребенку ставить цели». Игра с детьми «Планируем свой день». Рефлексия	Психолог, классный руководитель	Развитие навыков целеполагания и планирования



Продолжение таблицы 4

Декабрь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения промежуточных результатов. Анкетирование «Мой ребенок» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители видят и оценивают промежуточные результаты и подводят итог полугодия. Выстраивается система личных консультаций
Январь-февраль	Я чувствую своего ребенка	Личные встречи в формате консультаций с психологом для родителей и их детей. Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Каждая семья, присутствовавшая на личной консультации, получила ряд рекомендаций и комментариев от психолога
Март-май	Учимся отвечать за свои поступки	Тренинг для родителей «Развитие ответственности у детей». Классный час «Правила нашей жизни». Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Развитие в ребенке чувства ответственности за свои поступки
Июнь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения результатов года. Рефлексия. Анкетирование «Мой ребенок» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители подводят итог и видят итоговую картину; отмечают изменения, которые произошли в ребенке в течение года
<b>4 класс</b>				

Продолжение таблицы 4

Сентябрь	Мы готовы к средней школе	Родительское собрание на тему «Готовность к переходу в среднюю школу». Анкетирование «Мои ожидания». Рефлексия	Классный руководитель, психолог, родители	Родители получают информацию о готовности своего ребенка к 5 классу и среднему звену школы
Октябрь-ноябрь	Учиться учить	Тренинг для родителей на тему «Как помочь ребенку учиться эффективно». Упражнение с детьми «Мои учебные стратегии». Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Развитие у ребенка навыков самоорганизации и построения наиболее эффективных стратегий обучения
Декабрь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения промежуточных результатов. Анкетирование «Мои ожидания» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители видят и оценивают промежуточные результаты и подводят итог полугодия. Выстраивается система личных консультаций
Январь-февраль	Я чувствую своего ребенка	Личные встречи в формате консультаций с психологом для родителей и их детей. Рефлексия	Классный руководитель, психолог	Каждая семья, присутствовавшая на личной консультации, получила ряд рекомендаций и комментариев от психолога
Март-апрель	Выстраиваем отношения правильно	Тренинг для родителей на тему «Конфликты и способы их разрешения». Ролевая игра с детьми «Учимся договариваться». Рефлексия	Психолог, классный руководитель	Развитие коммуникативных навыков и умения разрешать конфликты
Март-май	Портфолио достижений	Подготовка и создание портфолио достижений ребенка. Презентация портфолио самими детьми. Рефлексия	Классный руководитель, родители, дети	Дети учатся рассказывать о своих достижениях, тем самым формируют позитивный образ «Я»

*Продолжение таблицы 4*

Июнь	Что изменилось в моем ребенке?	Родительское собрание для подведения результатов года. Рефлексия. Анкетирование «Мои ожидания» для оценки ситуации. Рефлексия	Классный руководитель, родители, психолог	Учитель и родители подводят итог и видят итоговую картину; отмечают изменения, которые произошли в ребенке в течение года
------	--------------------------------	--	---	---

## Планируемые мероприятия по годам:

### 1 класс:

- родительское собрание для знакомства;
- анкетирование «Мой ребенок»;
- тренинг для родителей «Учим детей общаться»;
- личные встречи в формате консультаций;
- выставка рисунков от обучающихся «Я горжусь собой»;
- акция от детей и их родителей «Добрые дела»;
- игры для детей и рефлексии.

### 2 класс

- родительское собрание на тему «Задачи развития на год»;
- анкетирование «Интересы моего ребенка»;
- тренинг «Как помочь ребенку преодолевать трудности»;
- личные встречи в формате консультаций;
- конкурс для детей «Мои увлечения»;
- мастер-класс «Как научить ребенка оценивать себя?»;
- игры для детей и рефлексии.

### 3 класс

- родительское собрание «Возрастные особенности»;
- практикум для родителей «Как помочь ребенку ставить цели»;
- анкетирование «Мой ребенок»;
- личные встречи в формате консультаций;
- тренинг для родителей «Развитие ответственности у детей»;
- классный час «Правила нашей жизни»;
- игры для детей и рефлексии.

### 4 класс

- родительское собрание «Готовность к переходу в среднюю школу»;
- анкетирование «Мои ожидания»;

- тренинг «Как помочь ребенку учиться эффективно»;
- личные встречи в формате консультаций;
- тренинг для родителей «Конфликты и способы их разрешения»;
- подготовка и создание портфолио достижений ребенка;
- игры для детей и рефлексии.

Выводы по 2 главе:

Адекватной самооценкой обладают те младшие школьники, которые растут в семьях с демократическим стилем воспитания. Наше исследование также показало, что либеральный и авторитарный стиль воспитания способствуют формированию завышенной или заниженной самооценки.

Сопоставляя результаты двух методик, мы выяснили, что порой либеральный стиль воспитания способствует формированию адекватной самооценки тоже. Однако чаще всего младшие школьники из таких семей имеют завышенный уровень самооценки, так как не находятся под постоянным контролем и предоставлены себе в большей степени. Заниженный уровень самооценки характерен младшим школьникам из семей с авторитарным стилем воспитания.

В ходе экспериментальной работы мы придерживались теории, которая была дана в первой главе. Для большей наглядности применяемых приемов, в работу была включена программа взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив ряд литературы по этой теме, мы выяснили, что самооценка является сложным динамическим явлением. Многие ученые подходили к изучению данной темы с разных сторон. На сегодняшний день самооценка – одна из центральных и неизученных тем психологии.

В нашей работе мы рассмотрели виды, функции, стадии и особенности формирования самооценки. Самооценка относится к образованиям, которые формируются постепенно, начиная с рождения. Они зависят не только от врожденных характеристик человека, но и от влияния внешних факторов, например, воспитание, социальное окружение или обучение.

Примерно в 14 лет самооценка становится более устойчивой, сформированной. Ее уже сложнее корректировать. Это социальная адаптация индивида, она позволяет личности самосовершенствоваться и достигать успеха. Многие авторы говорят о том, что отклоняющийся от адекватного уровень самооценки может мешать индивиду самоопределяться [33].

Стоит также отметить, что младший школьный возраст – важный этап формирования самооценки. Важную роль играет учебная деятельность, она является ведущей деятельностью в этом возрасте. Уровень самооценки начинается четко выражаться. Дети с адекватной самооценкой более инициативны. Они стремятся к успеху в учебной деятельности и стараются получить отличные оценки. Такого младшего школьника легко привлечь к деятельности, он старается познать новое [12].

Обучающиеся с завышенным уровнем самооценки менее активны: они боятся ошибиться, потому делают мало действий. Им свойственно преувеличивать результаты своей деятельности, но они считают себя очень значимыми. Дети с заниженной самооценкой часто критикуют себя, они неуверенные в себе и замкнутые. Младшие школьники с таким уровнем самооценки стараются выбирать более легкие задания. Они с трепетом

относятся к тому, что может повысить их самооценку. Например, похвала, одобрение и.т.д.

Важно отметить, что именно на этом уровне самооценка поддается корректировке. Педагог должен осознавать всю важность развития личности в гармонии и правильно строить свою работу. Младший школьник должен сам видеть свои достижения, чувствовать успех. В этом ему и помогает педагог: он должен натолкнуть младшего школьника на осознание своей значимости. А педагогу, в свою очередь, в формировании самооценки может помочь творческая деятельность. Именно этому и посвящена наша экспериментальная часть.

В ходе работы мы провели тестирование и сделали вывод о том, что роль семьи в формировании самооценки велика. То, какой стиль воспитания преобладает в семье, очень важно, так как это влияет на уровень самооценки младшего школьника. В этом нам помогло убедиться наше исследование. Используя две методики, мы выявили зависимость формирования адекватной самооценки и ситуации в семье младшего школьника. Две методики дополнили друг друга и помогли выявить закономерность: существует взаимосвязь между самооценкой и типом семейного воспитания. Так, демократический стиль воспитания может способствовать формированию адекватной самооценки младшего школьника, а авторитарный или либеральный стили – неадекватной самооценки.

Гипотеза, которую мы выдвинули, подтверждена. Существует взаимосвязь между самооценкой и типом семейного воспитания: демократический стиль воспитания может способствовать формированию адекватной самооценки младшего школьника, а авторитарный или либеральный стили – неадекватной самооценки.

Мы также разработали программу взаимодействия с семьей по формированию адекватной самооценки ребенка младшего школьного возраста. Данная тема актуальна для родителей, поэтому нами была разработана программа, рассчитанная на 4 года. Программа состоит из

титального листа, пояснительной записки, цели и задачи, общей характеристики программы, содержания программы, тематического планирования, списка использованной литературы.

Таким образом, цель нашего исследования достигнута, задачи решены. В дальнейшем программа может быть использована родителями младших школьников, а нами может осуществляться проверка ее эффективности с дальнейшими доработками.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Байбородова Л. В. Взаимодействие школы и семьи : учебно-методическое пособие / Л. В. Байбородова. – Ярославль : Академия Холдинг, 2003. – 224 с. – ISBN 5-7797-0156-3.
2. Баранова Э. А. Диагностика познавательного интереса у младших школьников и дошкольников / Э. А. Баранова. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 128 с. – ISBN 5-9268-0355-1.
3. Болотова А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. – Москва : Издательский дом высшей школы экономики, 2012. – 526 с. – ISBN 978-5-7598-0731-5.
4. Брюхова В. М. Партнерство семьи и школы / В. М. Брюхова. – Москва : Чистые пруды, 2007. – 32 с. – ISBN 978-5-9667-0340-0.
5. Петросян О. П. Влияние детско-родительских отношений на самооценку детей младшего школьного возраста / О. П. Петросян, М. Н. Миглей // Международный научный журнал «Молодой ученый», 2016. – № 11. – С. 1780–1783.
6. Воронцов А.Б. Педагогическая технология контроля и оценки учебной деятельности. – Москва : Сфера, 2002. – С. 303–304 – ISBN 5-94016-008-5.
7. Выготский Л. С. Лекции по психологии : учебное пособие / Л. С. Выготский. – Москва : Мозаика-Синтез, 2013. – 286с. – ISBN 978-5-9906376-6-5
8. Головин С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 2001. – 800 с – ISBN 985-433-167-9.
9. Гуревич К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников / К. М. Гуревич. – Москва : Просвещение, 2008. – 176 с. – ISBN 978-5-0000-0000-0.

10. Журова Л. Е. Педагогическая диагностика / Л. Е. Журова А. О. Евдокимова, М. И. Кузнецова, Е. Э. Кочурова. Педагогическая диагностика. 4 класс. Руководство для учителя. – Москва : Вентана – Граф, 2013. – 272 с.
11. Ким Т. К. Семья как субъект взаимодействия со школой / Т. К. Ким. – Москва : Прометей, 2013. – 210 с. – ISBN 978-5-7042-2460-0.
12. Кулагина И. Ю. Возрастная психология : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. Ю. Кулагина – Москва : Сфера, 2001. – 464 с. – ISBN 5-89144-162-4.
13. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – Санкт – Петербург : Питер, 2001. – 882 с.
14. Лисина М. И. Формирование личности ребенка в общении / М. И. Лисина. – Санкт – Петербург : Питер, 2009. – 320 с. – ISBN 978-5-388-00493-2.
15. Лисина М. И. Общение, личность и психика ребенка / М. И. Лисина. – Москва : Институт практической психологии, 1997. – 384 с. – ISBN 5-89395-027-5.
16. Маклаков А. Г. Общая психология. – Санкт – Петербург : Питер, 2008. – 583 с. – ISBN 978-5-272-00062-0.
17. Молчанова О. Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования : Учебное пособие / О. Н. Молчанова. – Москва : Флинта, 2010. – 392 с.
18. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество : учебник для студентов вузов. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2000. – 456 с. – ISBN 5-7695-2648-3.
19. Немов Р. С. Формирование личности в младшем школьном возрасте : учебник для студентов высших педагогических заведений / Р. С. Немов. – Москва : Академия, 2003. – 780 с.

20. Москвина М. В. Педагогическое взаимодействие с семьей. Технологии. Диагностика. Практические занятия / М. В. Москвина. – Волгоград : Учитель, 2021. – 190 с. – ISBN 978-5-7057-4261-5.
21. Рубинштейн С. Л. Принципы и пути развития психологии – Москва : Издательство Академии Наук СССР, 1959. – 354 с.
22. Слизкова Е. В. Семейное воспитание как средство формирования адекватной самооценки у младшего школьника / Е. В. Слизкова, Е. С. Еганова // Концепт. – 2014. – № 6. – С. 1–7.
23. Ситаров В. А. Дидактика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Ситаров. – 2-е изд. – Москва : Издательский центр «Академия», 2004. – 368 с. – ISBN 978-5-7695-4504-7.
24. Слободчиков В. И. Формирование Я – концепции // Начальная школа – 2002 – №3. – С. 29–34.
25. Смирнова Е. О. Детская психология : учебник / Е. О. Смирнова. – Санкт-Петербург : Питер, 2017. – 304 с. – ISBN 5-691-00893-5.
26. Тихомирова Е. И. Социальная педагогика. Самореализация школьников в коллективе : учебное пособие для студентов педагогических вузов / Е. И. Тихомирова. – Москва : Академия, 2005. – 144 с. – ISBN 978-5-7695-3604-5.
27. Учебная деятельность младшего школьника: диагностика и коррекция неблагополучия / Под ред. З. Ю. Гильбуха. – Киев, 1993. – 268 с.
28. Фефилова Ю. С. Влияние стилей семейного воспитания на самооценку подростков / Ю. С. Фефилова : Международный научный журнал «Вестник науки», 2024. – № 2. – С. 1-6.
29. Фомина Л. Ю. Что влияет на формирование самооценки младших школьников / Начальная школа. – 2003. – №10 – С. 99-102.
30. Хухлаева О. В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. – Москва : Генезис, 2006. – 176 с. – ISBN 9785985634228.
31. Хухлаева О. В. Психологические игры, упражнения, сказки – Москва : Генезис, 2012. – 154 с.

32. Целуйко В. М. Психология современной семьи : книга для педагогов и родителей / В. М. Целуйко. – Москва : Владос, 2006. – 287 с. – ISBN 978-3-16-148410-0.

33. Шадриков В. Д. Развитие младших школьников в различных образовательных системах / В. Д. Шадриков, Н. А. Зиновьева, М. Д. Кузнецова. – Москва : Логос, 2011. – 232 с. – ISBN 978-5-98704-619-7.

34. Эльконин Д. Б. Детская психология / Д. Б. Эльконин – Москва : «Прогресс», 1960. – 384 с. – ISBN 978-5-7695-4068-4.

35. Энциклопедия психодиагностики: в 4 т. Т. 1: Психодиагностика детей – Раздел «Младший школьный возраст» – Самара : Бахрах-М, 2008. – 624 с. – ISBN 978-5-94648-070-3.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### ПРИЛОЖЕНИЕ А

В ходе тестирования предлагается ответить на 57 утверждений. Если ребенок согласен с каким-то утверждением, он ставит знак «+»; если же он не согласен, то ставит знак «-».

Текст опросника

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое «Я» всегда мне интересно.
8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или, по крайней мере, были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавижу;
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.

19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.
20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
21. Некоторые свои качества я ощущаю, как посторонние, чужие мне.
22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.
23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни – это подчиниться собственной судьбе.
26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.
27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским;
29. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.
30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю о себя, разумно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он бы тут же понял, какое я ничтожество.
36. Временами я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.
39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.

40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимают меня уж так всерьез.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что унижаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

Показатель по каждому из факторов суммируется. Утверждения, с которыми испытуемый согласен, и утверждения, с которыми он не согласен, складываются отдельно. Получается «сырой балл», он переводится в накопленные частоты (%) по ключу для обработки.

Номера пунктов и знак, с которым пункт входит в соответствующий фактор.

Шкала S (интегральная):

«+»: 2, 5, 23, 33, 37, 42, 46, 48, 52, 53, 57.

«-»: 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

Шкала самоуважения (I):

«+»: 2, 23, 53, 57.

«-»: 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

Шкала аутосимпатии (II):

«+»: 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54.

«-»: 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

Шкала ожидаемого отношения от других (III):

«+»: 1, 5, 10, 15, 42, 55.

«-»: 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

Шкала самоинтересов (IV):

«+»: 7, 17, 20, 33, 34, 52.

«-»: 14, 51.

Шкала самоуверенности (1):

«+»: 2, 23, 37, 42, 46.

«-»: 38, 39, 41.

Шкала отношения других (2):

«+»: 1, 5, 10, 52, 55.

«-»: 32, 44.

Шкала самопринятия (3):

«+»: 12, 18, 28, 47, 48, 54

«-»: 21.

Шкала самопоследовательности (саморуководства) (4):

«+»: 50, 57.

«-»: 25, 27, 31, 35, 36.

Шкала самообвинения (5):

«+»: 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56.

«-»:

Шкала самоинтереса (6):



«+»: 17, 20, 33.

«-»: 26, 30, 49, 51.

Шкала самопонимания (7):

«+»: 53.

«-»: 6, 8, 13, 15, 22, 40.

Интерпретация результатов

45-55 баллов – среднестатистическая норма, человек адекватно себя воспринимает.

55- 70 баллов – завышенный уровень самооценки.

40- 45 баллов – заниженный уровень самооценки.

Более 80 и менее 40 баллов интерпретировать не стоит, потому что такие данные получены под влиянием сторонних факторов. Например, под влиянием социальной желательности.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Таблица 1 – Результаты исследования самооценки школьников по тесту-опроснику самоотношения

Номер испытуемого	Результат
Испытуемый 1	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 2	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 3	Заниженный уровень самооценки
Испытуемый 4	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 5	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 6	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 7	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 8	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 9	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 10	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 11	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 12	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 13	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 14	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 15	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 16	Заниженный уровень самооценки
Испытуемый 17	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 18	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 19	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 20	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 21	Заниженный уровень самооценки
Испытуемый 22	Завышенный уровень самооценки
Испытуемый 23	Адекватный уровень самооценки
Испытуемый 24	Заниженный уровень самооценки
Испытуемый 25	Адекватный уровень самооценки

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

Таблица 2 – Результаты исследования типа семейного воспитания по методике «Рисунок семьи»

Номер испытуемого	Результат
Испытуемый 1	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 2	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 3	Авторитарный стиль воспитания
Испытуемый 4	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 5	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 6	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 7	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 8	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 9	Авторитарный стиль воспитания
Испытуемый 10	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 11	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 12	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 13	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 14	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 15	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 16	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 17	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 18	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 19	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 20	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 21	Авторитарный стиль воспитания
Испытуемый 22	Авторитарный стиль воспитания
Испытуемый 23	Демократический стиль воспитания
Испытуемый 24	Либеральный стиль воспитания
Испытуемый 25	Либеральный стиль воспитания

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Таблица 3 – Сводная таблица по результатам исследования

Номер учащегося	Тест-опросник	«Рисунок семьи»
1	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
2	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
3	Заниженный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
4	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
5	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
6	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
7	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
8	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
9	Завышенный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
10	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
11	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
12	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
13	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
14	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
15	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
16	Заниженный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
17	Завышенный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
18	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
19	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
20	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
21	Заниженный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
22	Завышенный уровень самооценки	Авторитарный стиль воспитания
23	Адекватный уровень самооценки	Демократический стиль воспитания
24	Заниженный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания
25	Адекватный уровень самооценки	Либеральный стиль воспитания

## ПРИЛОЖЕНИЕ Д

### Сценарии мероприятий в 1 классе

#### Родительское собрание для знакомства с родителями

Учитель: Добрый вечер, уважаемые родители! Рада приветствовать вас на нашем первом родительском собрании. Сегодня мы познакомимся друг с другом, обсудим предстоящий учебный год и наши общие задачи. (представиться, рассказать немного о себе, о своем опыте работы).

Знакомство родителей (5-10 минут): Небольшое упражнение на знакомство. Например, «снежный ком» (по кругу каждый называет свое имя и одно интересное увлечение), или можно предложить родителям коротко рассказать о своих детях – что им нравится, чем увлекаются.

Учитель: (демонстрация презентации или рассказ). В презентации можно включить:

- общую информацию о школе (история, достижения, традиции);
- информацию о классном коллективе (количество детей);
- расписание уроков (можно показать примерный вариант);
- основные методики обучения, используемые в 1 классе;
- правила поведения в школе и на уроках;
- информацию о внеклассных мероприятиях (кружки, секции);
- контакты учителя и администрации школы;
- информацию о родительском чате (если он создан).

Учитель: Теперь давайте обсудим важные вопросы. (заранее подготовленные вопросы или вопросы, возникшие у родителей).

- Как мы можем помочь детям адаптироваться к школе?
- Как организовать режим дня первоклассника?
- Какую роль играют родители в учебном процессе?

- Как правильно помогать ребенку делать домашние задания?
- Как мы будем взаимодействовать друг с другом (родители и учитель)?

Учитель: (можно провести короткое упражнение, связанное с темой собрания). Например, совместное обсуждение правил поведения в родительском чате, составление списка полезных ресурсов для родителей первоклассников.

Учитель: Теперь у вас есть возможность задать любые вопросы.

Учитель: У каждого из вас есть буклет с полезной информацией для родителей первоклассников. Пожалуйста, ознакомьтесь с ним.

Учитель: Спасибо за участие! Желаю всем нам успешного учебного года! До новых встреч!

### **Инструкция к упражнению для детей «Я умею»**

Упражнение проводится с детьми и необходимо для того, чтобы каждый ребенок мог сказать о себе, своих талантах.

Инструкция: «Давайте поиграем в игру «Я умею». Каждый по очереди будет называть, а если захочет, то и показывать какое-нибудь свое умение, например, быстро бегать, забивать гвозди, выращивать цветы и т. п. Всем нужно внимательно слушать, так как каждое умение может быть названо только один раз. Если кто-то не сумеет вспомнить свое умение, то он выбывает из игры. Выигрывает тот, кто останется в круге до конца».

После окончания игры можно вместе вспомнить те сферы умений, которые были забыты детьми.

### **Тренинг для родителей «Учим детей общаться»**

Цель: обучить родителей эффективным методам коммуникации с детьми, помочь им развить у детей навыки общения и разрешения конфликтов.

Продолжительность: 2 часа (можно разделить на два 1-часовых занятия)

Участники: родители детей младшего школьного возраста

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги и ручки для участников;
- карточки с вопросами или заданиями (опционально).

Ход тренинга:

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о важном аспекте развития ребенка – его коммуникативных навыках. Мы обсудим, как помочь детям эффективно общаться, строить дружеские отношения и разрешать конфликты. Давайте начнем с короткого знакомства. (упражнение на знакомство, например, «снежный ком», или представление по кругу).

Ведущий: Эффективная коммуникация – это не только умение говорить, но и умение слушать, понимать и выражать свои мысли и чувства. Какие, по вашему мнению, основные составляющие успешного общения? (обсуждение в группе, запись идей на флипчарте). Ведущий дополняет ответы родителей, акцентируя внимание на таких аспектах, как: активное слушание (не перебивать, задавать уточняющие вопросы, показывать, что вы слушаете), невербальная коммуникация (язык тела, мимика), Я-высказывания (формулировка своих чувств без обвинений), эмпатия (способность понимать чувства другого человека).

Ведущий: Давайте потренируемся в активном слушании. Разделимся на пары. Один из вас будет рассказывать о какой-либо ситуации, связанной с общением вашего ребенка, а второй – будет практиковать активное слушание. После смены ролей – обсуждение опыта.

Ведущий: Теперь потренируемся использовать я-высказывания. Я дам вам несколько типичных ситуаций, и ваша задача – сформулировать свои чувства и просьбы, используя я-высказывания, без обвинений. (примеры ситуаций: ребенок не убрал игрушки, ребенок грубит, ребенок не выполняет домашнее задание). Обсуждение и анализ различных вариантов формулировок.

Ведущий: Конфликты – неизбежная часть жизни. Важно научить детей конструктивно разрешать конфликты. Какие стратегии разрешения конфликтов вы используете в семье? (обсуждение). Ведущий представляет и обсуждает различные методы:

- спокойное обсуждение проблемы;
- поиск компромисса;
- привлечение нейтральной стороны (например, другого взрослого);
- ролевые игры – моделирование конфликтных ситуаций.

Ведущий: Сегодня мы много говорили об общении. Надеюсь, полученные знания и навыки помогут вам в воспитании ваших детей. Домашнее задание: наблюдайте за общением вашего ребенка в течение недели, запишите несколько ситуаций и попробуйте применить изученные методы. На следующем занятии (если это серия из двух) мы обсудим ваши наблюдения. Спасибо за участие!

### **Игра для детей «Комплименты»**

Коммуникативная игра «Комплимент» принадлежит к категории развлечений, которые применяются не только для дошкольников, но и для детей, которые учатся в младшей школе. Посредством использования этой игры для детей есть возможность не только сплотить детский коллектив, но и способствовать процессу формирования вежливого отношения к окружающим людям.



Игра предназначена для формирования вежливого отношения к окружающим. Для того чтобы добиться желаемых целей, для игры понадобится минимальное количество предметов.

Для того чтобы провести эту игру, младшие школьники должны сесть в круг и при этом взяться за руки. Ребенок должен посмотреть в глаза своему товарищу, который находится рядом, и сказать ему что-нибудь приятное или же попробовать за что-то похвалить. Тот, кто принимает комплимент, обязательно должен ответить благодарностью и сказать: «Мне очень приятно! Спасибо за комплимент!». После этого этот же ребенок, который поблагодарил за комплимент, поворачивается к своему соседу и также говорит что-то приятное. Такое упражнение нужно выполнять до тех пор, пока не будет пройден круг детей.

В том случае, если у некоторых детей возникают сложности с поиском подходящего комплимента, им нужно помочь в этом процессе. Если ребенок долго не говорит комплимент, можно сделать это за него. Это делается для того, чтобы сосед, который находится рядом, не загрустил.

С помощью такой игры младшая и средняя группа детей начинают осознавать, с какой целью стоит делать комплименты и насколько это приятно. В последующем комплименты и слова вежливости они будут использовать в своем обычном общении со сверстниками.

### **Анкетирование «Мой ребенок»**

Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на вопросы анкеты. Ваши ответы помогут сотрудникам детского сада лучше узнать индивидуальные особенности и желания Вашего ребенка с целью создания благоприятных условий для его развития.

#### **1. Общие сведения о ребенке и семье**

1.1. Фамилия, имя ребенка

1.2. Дата рождения

1.3. Есть ли у ребенка какие-либо проблемы, связанные с медициной (хронические заболевания, аллергические реакции)

1.4. Употребляет ли сейчас ребенок какие-либо лекарства? Напишите и объясните, каково их назначение

## **2. Психофизическое и эмоциональное развитие ребенка**

2.1. Что Вас беспокоит в ребенке (*подчеркните*):

- плохой аппетит, общая слабость, постоянные обострения заболеваний;
- плохая координация, неловкость;
- отставание в речевом развитии;
- отставание в физическом развитии (рост и вес не соответствует норме);
- раздражительность, капризы, истерики;
- упрямство, непослушание, агрессивное поведение;
- плаксивость, медлительность;
- замкнутость, нежелание или страх в общении с другими детьми и взрослыми;
- чрезмерная подвижность, нетерпеливость, неусидчивость;
- трудности засыпания, плохой сон;
- дурные привычки: сосет палец, пустышку или иные предметы, грызет ногти, часто ковыряет в носу, другое (*напишите*)

2.2. Чего боится ребенок?

2.3. Часто ли ребенок бывает сердитым, агрессивным? С чем это связано?

2.4. Быстро ли ребенок утомляется?

2.5. На кого в семье похож характером?

2.6. Как ребенок относится к чужим взрослым?

2.7. Как относится к другим детям?

2.8. Как относится к животным?

## **3. Особенности воспитания ребенка в семье, его склонности, интересы**

3.1. Что умеет ребенок делать самостоятельно?

3.2. Какие игрушки и игры предпочитает, чем любит заниматься?

3.3. Кто чаще воспитывает ребенка?

3.4. Есть ли трудности у ребенка (*подчеркните*): в одевании, в засыпании, в умывании, в еде, в уборке игрушек, при самообслуживании в туалете?

3.5. Соблюдаете ли режим дня в семье (подъем, кормление, прогулка, дневной сон)?

3.6. Единодушны ли взрослые члены семьи в подходе к ребенку, в том, что ему разрешают или запрещают?

3.7. Какие меры воздействия на ребенка применяются в семье? (поощрения, наказания, отвлечение от раздражающего фактора, ничего), другое (*напишите*)

3.8. Кого в семье больше слушается? (всех, маму, папу, никого)

3.9. Какие из перечисленных видов деятельности ребенок выполняет успешнее?

- рассматривает книги;

- рисует;

- лепит;

- строит из кубиков;

- другое (*напишите*)

3.10. Какие качества ребенка Вы особенно цените? (доброту, общительность, усидчивость, послушание, умение занять себя), другое (*напишите*)

3.11. Используете ли Вы дополнительное воздействие при засыпании ребенка (укачивание, колыбельная)? Опишите

3.12. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок? Просится ли сам?

**4. По каким вопросам воспитания, поведения и развития ребенка Вы хотели бы получить информацию от сотрудников дошкольного учреждения?**

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

## ПРИЛОЖЕНИЕ Е

### Сценарии мероприятий во 2 классе

#### Родительское собрание на тему «Задачи развития на год»

Учитель: Добрый вечер, уважаемые родители! Рада видеть вас на нашем родительском собрании. Сегодня мы поговорим о том, какие задачи стоят перед нами в этом учебном году, как мы можем помочь вашим детям успешно развиваться и учиться.

Учитель: (кратко подвести итоги прошлого года, отметить успехи класса и отдельных учеников, обсудить общие трудности, с которыми столкнулись дети). Можно использовать диаграммы или графики, отображающие успеваемость по предметам. Необходимо избегать критики отдельных детей, акцент делается на общих тенденциях.

Учитель: (презентация или подробный рассказ о планах на год: новые темы, проекты, внеклассные мероприятия). Важно выделить ключевые аспекты развития учащихся во 2 классе:

- развитие чтения, письма, математических навыков;
- развитие творческих способностей, кружковая работа;
- развитие самостоятельности, ответственности;
- подготовка к итоговой аттестации;
- воспитательная работа (формирование коллективизма, уважения).

Учитель: Разделимся на небольшие группы. Каждая группа получит листы бумаги с вопросами:

- 1) Какие, на ваш взгляд, самые важные задачи развития для наших детей в этом году?
- 2) Какие трудности могут возникнуть у детей в обучении?

- 3) Как мы, родители и учителя, можем помочь детям преодолеть эти трудности?
- 4) Какие мероприятия, помогающие развитию детей, мы могли бы организовать совместно?

(Группы работают 15-20 минут, затем представляют свои результаты).  
Результаты записываются на доске или флипчарте.

Учитель: (подвести итоги групповой работы, обсудить предложенные идеи, скорректировать план работы на год с учетом мнения родителей).

Учитель: (предоставить родителям возможность задать индивидуальные вопросы, обсудить проблемы отдельных детей).

Учитель: Спасибо за активное участие! Надеюсь, что наше сотрудничество в этом году будет плодотворным, и мы вместе поможем нашим детям достичь новых успехов!

### **Анкетирование «Интересы моего ребенка»**

Фамилия, имя ребенка: \_\_\_\_\_

Класс: \_\_\_\_\_

1. Какие игры и развлечения больше всего нравятся вашему ребенку?  
(Выберите несколько вариантов или напишите свои):

- Конструкторы
- Настольные игры
- Ролевые игры
- Спортивные игры
- Компьютерные игры
- Чтение книг
- Рисование, лепка, творчество

- Музыка, пение, танцы
  - Спорт (укажите вид спорта)
  - Другие (укажите): \_\_\_\_\_
2. Какие предметы в школе нравятся вашему ребёнку больше всего? Почему?
  3. Чем ваш ребёнок любит заниматься в свободное время?
  4. Какие кружки, секции или другие внешкольные занятия посещает ваш ребенок?
  5. Есть ли у вашего ребенка какие-либо особые таланты или способности?
  6. Какие книги, фильмы или мультфильмы предпочитает ваш ребенок?
  7. Есть ли у вашего ребёнка любимые герои или персонажи?
  8. Какие мечты и планы на будущее есть у вашего ребёнка?
  9. Какие дополнительные вопросы или комментарии вы хотели бы добавить?

Спасибо за участие!

### **Тренинг для родителей «Как помочь ребенку преодолевать трудности»**

Цель: научить родителей эффективным стратегиям поддержки детей в сложных ситуациях, помочь им развить у детей навыки преодоления трудностей и повышения стрессоустойчивости.

Продолжительность: 2 часа (можно разделить на два 1-часовых занятия)

Участники: родители детей младшего школьного возраста

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги и ручки для участников;
- карточки с вопросами или заданиями (опционально).

Ход тренинга:

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы обсудим, как помочь нашим детям справляться с трудностями, которые неизбежно встречаются на их пути. Мы поговорим о том, как поддерживать их, развивать их resilience (стрессоустойчивость) и способность к преодолению препятствий. Начнём с короткого знакомства. (Упражнение на знакомство, например, круг знакомств, где каждый рассказывает о своем ребенке и одной типичной для него трудности).

Ведущий: Какие трудности чаще всего встречаются ваши дети? (Обсуждение в группе, запись идей на флипчарте). Ведущий структурирует ответы, классифицируя трудности (учебные, социальные, эмоциональные). Затем обсуждается, как дети обычно реагируют на трудности (страх, избегание, агрессия, пассивность). Ведущий акцентирует внимание на важности понимания индивидуальных особенностей ребенка.

Ведущий: Давайте потренируемся в активном слушании и эмпатии. Разделимся на пары. Один родитель описывает ситуацию, когда его ребенок столкнулся с трудностью, а второй – практикует активное слушание, демонстрируя эмпатию. Важно не давать советов, а просто помочь выговориться и почувствовать себя понятым. После смены ролей – обсуждение опыта.

Ведущий: Какие стратегии вы используете, чтобы помочь ребенку преодолевать трудности? (Обсуждение). Ведущий представляет и обсуждает различные эффективные методы:

- 1) Постановка достижимых целей: разбивка большой задачи на маленькие шаги.
- 2) Позитивное мышление: фокус на сильных сторонах, поощрение попыток, даже неудачных.

- 3) Развитие навыков саморегуляции: упражнения на дыхание, релаксация.
- 4) Поиск поддержки: помощь друзей, семьи, специалистов.
- 5) Анализ ошибок и поиск решений: учим ребенка анализировать ситуацию, искать альтернативные пути.
- 6) Модель решения проблем: определение проблемы, поиск решений, выбор лучшего, реализация и оценка результатов.

Ведущий: Разыграем несколько ролевых игр, моделирующих ситуации, в которых ребенок сталкивается с трудностями. Родители попробуют применить изученные стратегии поддержки. Обсуждение и анализ результатов.

Ведущий: Сегодня мы обсудили важные аспекты поддержки детей в трудных ситуациях. Помните, ваша роль – быть надежной опорой для ребенка, помогать ему верить в себя и свои силы. Домашнее задание: в течение недели обратите внимание на то, как вы реагируете на трудности вашего ребенка, попробуйте применить новые стратегии. На следующем занятии (если это серия из двух) мы обсудим ваш опыт. Спасибо за участие!

### **Игра для детей «Решаем задачи вместе»**

Игры на принятие решений помогают командам лучше понять друг друга, улучшить навыки коммуникации и научиться работать вместе для достижения общих целей.

Примеры такой игры «Постройка башни» описан ниже.

Описание: Участникам выдается ограниченное количество материалов (например, спагетти, зефир, скотч) и предлагается построить самую высокую башню за определенное время. Эта игра требует от участников креативного подхода и умения работать в условиях ограниченных ресурсов.

Цель: Развить навыки планирования и совместной работы. Участники учатся распределять задачи и эффективно использовать доступные ресурсы.



Как проводить: разделите участников на небольшие группы, дайте каждой группе одинаковый набор материалов, установите таймер на 20-30 минут.

По окончании времени измерьте высоту каждой башни и обсудите, какие стратегии были наиболее успешными.

Обратите внимание на то, как группы распределяли задачи и какие методы использовали для решения проблем.

### **Мастер-класс для родителей: «Как научить ребенка оценивать себя самостоятельно»**

Цель: обучить родителей методам, помогающим детям развивать навыки самооценки, самоанализа и объективного восприятия своих успехов и неудач.

Продолжительность: 1,5 - 2 часа

Участники: родители детей младшего школьного возраста

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги и ручки для участников;
- карточки с вопросами или заданиями (опционально).

Ход мастер-класса:

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о важном аспекте развития ребенка – его самооценке. Мы научимся помогать детям объективно оценивать свои достижения и неудачи, понимать свои сильные и слабые стороны, и формировать здоровую самооценку. Начнем с короткого знакомства. (упражнение на знакомство, например, каждый родитель коротко рассказывает о своем ребенке и о том, что, по его мнению, хорошо получается у ребенка, а что – нет).

Ведущий: Что такое самооценка? (обсуждение, запись ответов на доске). Ведущий дополняет ответы родителей, объясняя, что самооценка – это отношение человека к самому себе, его убеждения о своих способностях и качествах. Обсуждается влияние самооценки на успеваемость, социальные отношения и психологическое благополучие. Разъясняется разница между завышенной, заниженной и адекватной самооценкой, и их влияние на поведение ребёнка.

Ведущий: Давайте разберем, как помочь ребёнку объективно оценивать свои успехи и неудачи. Важно не только хвалить за достижения, но и помогать анализировать ошибки, учиться на них и извлекать уроки. Ведущий предлагает родителям проанализировать конкретные ситуации:

- 1) Как вы обычно реагируете на успехи и неудачи ребёнка?
- 2) Как вы формулируете свою обратную связь?
- 3) Как вы помогаете ребёнку анализировать свои действия?
- 4) Какие вопросы вы можете задавать ребёнку, чтобы помочь ему в самоанализе? («Что у тебя получилось хорошо?», «Что было сложно?», «Что ты можешь сделать по-другому в следующий раз?», «Чему ты научился?»)

Ведущий: Предлагаются практические упражнения для развития самоанализа у детей:

- ведение дневника достижений: Записывать свои успехи и неудачи, анализировать причины;
- составление списка сильных и слабых сторон: Обсуждение с ребёнком его способностей, выявление сильных и слабых сторон, поиск способов развития;
- постановка реалистичных целей: Учим ребёнка ставить перед собой достижимые цели, разбивая большие задачи на маленькие шаги;

– самооценка по критериям: Разработка простых критериев оценки по конкретному заданию, например, по порядку выполнения шагов или качеству результата.

Ведущий: Особое внимание уделяется работе с ошибками. Важно помочь ребенку понять, что ошибки – это нормальная часть учебного процесса, и из них можно извлекать уроки. Обсуждаются способы поддержки ребенка после неудач:

- фокус на усилиях, а не только на результате;
- поиск причин неудачи вместе с ребенком;
- формулирование конструктивной обратной связи, без критики;
- поиск способов улучшения в следующий раз.

Ведущий: Сегодня мы обсудили важные аспекты формирования самооценки у детей. Помните, что ваша поддержка и понимание играют огромную роль в этом процессе. Домашнее задание: попробуйте применить хотя бы один из предложенных методов на практике и поделитесь своим опытом на следующем занятии (если это серия из двух). Спасибо за участие!

### **Инструкция к упражнению для детей «Мои сильные и слабые стороны»**

Цель: выявить сильные стороны каждого участника, сформировать привычку думать о себе положительно.

Инструкция: «Каждый из Вас должен рассказать остальным участникам о своих сильных и слабых сторонах, о том, что он любит, ценит, принимает в себе, что дает ему чувство внутренней свободы и уверенности и наоборот: что отталкивает, беспокоит, тревожит и не радует. Существенно также, отметить те качества, которые Вам импонируют, но они вам не свойственны, и вы хотите выработать их в себе. Крайне важно, чтобы вы «не брали в кавычки» свои слова, внутренне отказываясь от них, не умоляли свои достоинств, чтобы Вы говорили прямо, уверенно, без всяких «но», «если», «может быть».

Вам дается на это 3 минуты. Даже если Вы закончите свою речь раньше, оставшееся время все равно принадлежит Вам. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснения, но не имеют право высказываться. Может быть, значительная часть Вашего времени пройдет в молчании. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества сильной или слабой стороной. Достаточно того, что Вы сами в этом уверены».

Ведущий дает участникам 3-5 минут на подготовку и затем предлагает первому начать. По истечении 3 минут ведущий дает сигнал, означающий, что время первого истекло. Далее вступает в работу второй участник, в распоряжении которого также 3 минуты, и так до тех пор, пока не выскажутся все члены группы.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

### Сценарии мероприятий в 3 классе

#### **Родительское собрание на тему «Возрастные особенности детей младшего школьного возраста»**

Классный руководитель: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о важной теме – возрастных особенностях ваших детей. Понимание этих особенностей поможет вам лучше понимать своих детей, налаживать с ними доверительные отношения и эффективно помогать им в учебе и развитии.

Классный руководитель (или приглашенный специалист): (презентация или подробное изложение информации о физическом развитии детей 7-10 лет):

- темпы роста и развития;
- особенности физической активности и потребности в отдыхе;
- здоровье и гигиена;
- важность двигательной активности, закаливания;
- профилактика заболеваний, связанных с неправильной осанкой, зрением.

Классный руководитель (или психолог): (обсуждение особенностей психического развития):

- развитие познавательных процессов (внимание, память, мышление);
- развитие речи и коммуникативных навыков;
- эмоциональное развитие (чувства, переживания, самооценка);
- волевые качества (самоконтроль, настойчивость);
- развитие личности (самосознание, мотивация, интересы).

Классный руководитель (или психолог): (обсуждение особенностей социального развития):

- отношения со сверстниками (дружба, конфликты, коллектив);
- отношения с родителями (привязанность, авторитет, конфликты);
- развитие социальных навыков (общение, сотрудничество, эмпатия);
- влияние семьи и школы на социальное развитие ребенка.

Классный руководитель: Разделимся на группы для обсуждения вопросов, связанных с воспитанием младших школьников. (предлагаются вопросы для обсуждения, например):

- 1) Какие трудности вы испытываете в общении со своим ребенком?
- 2) Как помочь ребенку справиться с трудностями в учебе?
- 3) Как поддерживать мотивацию ребенка к учебе?
- 4) Как научить ребенка самостоятельности?
- 5) Как помочь ребенку адаптироваться к школьной жизни?

(Группы работают 10-15 минут, затем представляют свои результаты. Классный руководитель записывает основные идеи на доске).

Классный руководитель: (подведение итогов обсуждения, ответы на вопросы родителей).

Классный руководитель: Спасибо за активное участие! Надеюсь, что эта встреча помогла вам лучше понять своих детей. (раздача листовок с памятками, полезными ссылками).

### **Практикум для родителей «Как помочь ребенку ставить цели»**

Цель: обучить родителей методам и техникам, помогающим детям учиться ставить реалистичные и достижимые цели, планировать действия и добиваться результатов.

Продолжительность: 1,5 - 2 часа

Участники: родители детей младшего школьного возраста (можно адаптировать под другие возрастные группы)

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги, цветные карандаши/фломастеры для каждого участника;
- карточки с примерами целей (разных по сложности и типу).

Ход практикума:

Ведущий: Добрый вечер! Сегодня мы поговорим о том, как помочь детям ставить цели и достигать их. Умение ставить цели – важный навык, необходимый для успешной учебы, личного роста и достижения успеха в жизни. Начнем с небольшого знакомства. (небольшое упражнение на знакомство, например, каждый родитель кратко рассказывает о своем ребенке и о том, какие цели он уже ставил перед собой).

Ведущий: Что такое цель? (обсуждение, запись ответов на флипчарте). Ведущий дополняет ответы родителей, объясняя, что цель – это желаемый результат, к которому стремится человек. Обсуждаются типы целей (краткосрочные, долгосрочные), важность конкретики и измеримости целей, а также внутренняя мотивация.

Ведущий: Разберем несколько примеров целей (на карточках). Какие из них хорошо сформулированы, а какие – нет? Почему? (обсуждение критериев хорошей цели: конкретность, измеримость, достижимость, актуальность, ограниченность во времени – SMART). Обратите внимание на разницу между целью и желанием.

Ведущий: Сейчас каждый из вас сформулирует цель для своего ребенка. Это может быть цель, связанная с учебой, хобби, спортом или личным

развитием. Цель должна быть SMART. После этого — обсуждение, коллективная помощь в корректировке сформулированных целей.

Ведущий: Теперь, когда цели сформулированы, давайте научимся планировать действия для их достижения. Предложите детям разбить большую цель на несколько маленьких, более простых шагов. Для этого можно использовать различные техники:

- Mind Map (карты памяти): Визуальное представление целей и шагов;
- список дел: пошаговое планирование;
- календарь: распределение задач по времени.

Ведущий: Как поддерживать ребенка на пути к достижению цели? (обсуждение: похвала, поощрение, помощь в преодолении трудностей, фокус на усилиях, а не только на результате). Важность позитивного настроения и веры в свои силы.

Ведущий: Спасибо за участие! Домашнее задание: вместе с ребенком попробуйте применить изученные техники на практике, сформулируйте 1-2 новые цели и составьте план действий.

### **Игра для детей «Планируем свой день»**

Цель: формирование представления детей о режиме дня и необходимости соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления собственного здоровья.

Взрослый предлагает детям выложить ряд карточек, т.е. последовательность действий режима дня - кто быстрее. Карточки перемешаны, и задача младших школьников как можно скорее разложить карточки верно.

### **Тренинг для родителей «Развитие ответственности у детей»**



Цель: научить родителей эффективным стратегиям воспитания ответственности у детей, помочь им понять особенности развития ответственности в разных возрастах и выбрать подходящие методы для своих детей.

Продолжительность: 2 часа (можно разделить на два 1-часовых занятия)

Участники: родители детей младшего школьного возраста (адаптируемо под другие возрастные группы)

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги и ручки для участников;
- карточки с вопросами или заданиями (опционально).

Ход тренинга:

Ведущий: Добрый вечер! Тема нашего тренинга – развитие ответственности у детей. Это один из важнейших навыков, необходимых для успешной жизни. Начнем с короткого знакомства. (упражнение на знакомство, например, каждый родитель коротко рассказывает о своем ребенке и о том, что, по его мнению, уже хорошо получается у ребенка в плане ответственности, а что вызывает трудности).

Ведущий: Что значит быть ответственным? (обсуждение, запись ответов на доске). Ведущий структурирует ответы, объясняя, что ответственность – это осознание своих обязанностей и готовность отвечать за свои поступки и решения. Обсуждается, как развивается ответственность в разные возрастные периоды, роль похвалы и критики, важность положительного примера родителей.

Ведущий: Давайте определим, какой уровень ответственности уже достиг ваш ребенок. Предлагается обсудить конкретные примеры из жизни

детей: уборка в своей комнате, выполнение домашних заданий, помощь по дому, соблюдение режима дня. Обсуждение того, какие обязанности соответствуют возрасту ребенка и как их вводить постепенно.

Ведущий: Какие поручения вы даете своим детям? Как вы их формулируете? (обсуждение). Ведущий предлагает принципы постановки задач детям:

- задачи должны быть посильными и соответствовать возрасту;
- задачи должны быть конкретными и четкими;
- необходимо объяснять важность выполнения задачи;
- важно хвалить за успешное выполнение, а не только критиковать за неудачи;
- разрешать детям ошибаться и учиться на своих ошибках;
- постепенно увеличивать сложность задач.

Ведущий: Разделимся на пары. Один родитель играет роль ребенка, а другой – родителя. Разыгрываются ситуации, в которых ребенок не хочет брать на себя ответственность. Обсуждение различных стратегий реагирования родителей.

Ведущий: Как мотивировать ребенка к ответственности? (обсуждение: похвала, поощрение, совместное выполнение задач, предоставление выбора, понимание причин нежелания брать на себя ответственность).

Ведущий: Спасибо за активное участие! Домашнее задание: в течение недели попробуйте применить хотя бы один новый метод в воспитании ответственности у своего ребенка и поделитесь опытом на следующем занятии (если это серия из двух).

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Сценарии мероприятий в 4 классе

#### Родительское собрание на тему «Готовность к переходу в среднюю школу»

Классный руководитель начальной школы: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы обсудим важный этап в жизни ваших детей – переход в среднюю школу. Это время больших перемен, новых возможностей и, конечно, некоторых трудностей. Наша цель – подготовить вас и ваших детей к этим изменениям, чтобы этот переход был максимально комфортным и успешным.

Классный руководитель средней школы (или классный руководитель начальной школы): (презентация или подробное изложение информации о средней школе):

- структура школы, расположение кабинетов;
- учебный план и расписание (рассказ об увеличении количества предметов, изменении системы оценок, появлении новых требований);
- внеурочная деятельность: кружки, секции, спортивные команды;
- правила поведения в средней школе;
- информация о школьной форме (если есть);
- возможности дополнительного образования;
- система поддержки учащихся (психологическая, методическая).

Классный руководитель начальной школы: (обсуждение изменений в обучении: увеличение количества предметов, более сложный материал, самостоятельная работа, ответственность за успеваемость). Акцент на необходимости большей самостоятельности и организации времени.

Психолог (или классный руководитель начальной школы): (обсуждение психологических аспектов перехода: адаптация к новой школе, новым учителям, новым одноклассникам, изменения в социальных отношениях, возрастание самостоятельности, управление стрессом). Рекомендации по поддержанию позитивного настроения у детей и помощи в адаптации.

Классный руководитель начальной школы: Разделимся на группы для обсуждения наиболее актуальных вопросов. (предлагаются вопросы для обсуждения, например):

- 1) Какие опасения у вас и ваших детей связаны с переходом в среднюю школу?
- 2) Как помочь детям адаптироваться к новой школьной среде?
- 3) Как наладить эффективное взаимодействие с учителями средней школы?
- 4) Как организовать режим дня ребенка, учитывая увеличение учебной нагрузки?
- 5) Какие дополнительные ресурсы могут помочь детям в учебе?

(Группы работают 10-15 минут, затем представляют свои результаты. Классный руководитель записывает основные идеи на доске).

Классный руководитель начальной школы: (подводит итоги обсуждения, комментирует результаты групповой работы, отвечает на вопросы родителей).

Классный руководитель начальной школы: Спасибо за активное участие! Надеюсь, что эта встреча помогла вам лучше подготовиться к переходу в среднюю школу. Помните, что мы всегда готовы помочь вам и вашим детям. (предоставляет контактную информацию, распространяет буклеты с полезными рекомендациями).

### **Анкетирование «Мои ожидания»**

Уважаемый родитель! Просим Вас ответить на вопросы анкеты. Ваши ответы помогут нам лучше понять Ваши ожидания и обеспечить комфортный переход Вашего ребенка в 5 класс. Ваша анонимность гарантируется.

1. Общие сведения:

- Пол ребенка: Мужской / Женский
- Имя ребенка (можно не указывать):

2. Учебная деятельность:

• Какие предметы, по Вашему мнению, вызовут у Вашего ребенка наибольшие трудности в 5 классе? Пожалуйста, объясните почему.

• Какие предметы, по Вашему мнению, будут даваться Вашему ребенку легко?

• Какие дополнительные образовательные услуги (кружки, секции, репетиторы) Вы планируете для своего ребенка в 5 классе?

• Как Вы планируете помогать ребенку в освоении учебного материала в 5 классе? (например, совместные занятия, контроль выполнения домашнего задания, помощь в организации времени)

• Какие изменения в организации учебного процесса в 5 классе Вы ожидаете и как к ним готовитесь? (например, увеличение количества предметов, смена учителей, более высокая учебная нагрузка)

• Какие средства обучения (например, учебники, тетради, дополнительные материалы) Вы планируете приобрести для ребенка к 5 классу?

3. Социальная адаптация:

• Какие, по Вашему мнению, могут возникнуть трудности в общении с одноклассниками и учителями в 5 классе?

- Как Вы планируете помочь ребенку адаптироваться к новой социальной среде в 5 классе?

- Какие изменения в общественной жизни школы Вы ожидаете и как к ним готовитесь (например, смена классного руководителя, новые правила поведения)?

#### 4. Психологическая готовность:

- Насколько, по Вашему мнению, Ваш ребенок готов к увеличению учебной нагрузки в 5 классе? (Оцените по шкале от 1 до 5, где 1 – совсем не готов, 5 – полностью готов)

- Насколько, по Вашему мнению, Ваш ребенок готов к большей самостоятельности в учебе? (Оцените по шкале от 1 до 5, где 1 – совсем не готов, 5 – полностью готов)

- Какие, по Вашему мнению, изменения в психологическом состоянии ребенка Вы ожидаете в связи с переходом в 5 класс?

- Какие методы поддержки и мотивации Вы планируете использовать для помощи ребенку в 5 классе?

#### 5. Взаимодействие с школой:

- Какую информацию о 5 классе Вы хотели бы получить от школы?

- Какие формы взаимодействия со школой Вы считаете наиболее эффективными? (например, родительские собрания, индивидуальные консультации, электронная почта)

- Есть ли у Вас какие-либо предложения или пожелания по организации учебного процесса в 5 классе?

Благодарим Вас за участие! Ваши ответы помогут нам сделать переход в 5 класс для Вашего ребенка максимально комфортным и успешным.

**Тренинг для родителей «Как помочь ребенку учиться эффективно?»**

Цель: поделиться с родителями эффективными стратегиями помощи детям в учебе, обсудить проблемы и найти пути их решения, наладить сотрудничество между школой и семьей.

Продолжительность: 1,5 - 2 часа

Участники: классный руководитель, родители учащихся, (при необходимости) психолог, методист.

Материалы:

- презентация с рекомендациями по организации учебного процесса, планированию времени, методам запоминания информации;
- листовки с памятками для родителей;
- буклеты с полезными ресурсами;
- флипчарт или доска, маркеры.

Ход собрания:

Классный руководитель: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы обсудим очень важную тему – как помочь вашему ребенку учиться эффективно. Успешность обучения зависит не только от способностей ребенка, но и от совместных усилий школы и семьи.

Классный руководитель: (краткое обсуждение актуальности темы, на основе наблюдений за успеваемостью детей в классе. Можно задать открытый вопрос: «С какими трудностями в учебе сталкиваются ваши дети?»). Записываются основные проблемы на доске.

Классный руководитель (или методист): (презентация или подробное изложение рекомендаций по организации учебного процесса):

Организация рабочего места: Комфортное освещение, удобная мебель, отсутствие отвлекающих факторов.

Режим дня: Важность соблюдения режима дня, распределения времени между учебной, отдыхом и другими видами деятельности.

Планирование времени: Обучение детей планированию времени, расстановке приоритетов, составлению расписания.

Методы работы с информацией: Рекомендации по эффективному чтению, конспектированию, запоминанию информации.

Техники активного обучения: Работа в парах, группах, использование различных методик для лучшего усвоения материала.

Классный руководитель: Разделимся на группы для обсуждения проблем, записанных на доске. Каждая группа выбирает одну проблему и предлагает пути ее решения.

(Группы работают 10-15 минут, затем представляют свои результаты. Классный руководитель записывает основные идеи на доске).

Психолог: (если приглашен психолог, он может выступить с кратким сообщением о психологических аспектах успешного обучения: мотивация, самооценка, стрессоустойчивость, методы работы с трудностями).

Классный руководитель: (ответы на вопросы родителей, обсуждение предложенных решений проблем).

Классный руководитель: Спасибо за активное участие! Надеюсь, сегодняшнее собрание помогло вам найти ответы на многие вопросы. (раздача листовок с памятками, буклетов с полезными ресурсами. Домашнее задание: попробовать применить хотя бы один из обсужденных методов на практике).

### **Инструкция к упражнению для детей «Мои учебные стратегии»**

С чем связана мотивация игры младшего школьника и как сформировать желание учиться? Отвечая на эти вопросы родителей, психологи утверждают, что нужно развивать главные учебные навыки у детей. Именно они



формируют стремление к получению новых знаний, умение учиться. Примеры игр описаны ниже.

Упражнение «Вагончики» поможет развить логическое мышление и самоконтроль. Для домашнего использования можно использовать картинки из любого тематического лото, например, «Посуда», «Одежда», "Школьные принадлежности" и подобное. Интереснее, если в игре примет участие несколько игроков, поэтому можно играть по вечерам, во время семейного досуга. Каждому выдается по пять картинок - вагончиков, с помощью которых строится поезд на основе логических связей: ведущий выкладывает первую картинку, например, альбом, следующий игрок ищет у себя и прикладывает картинку с карандашами. Почему? (Рисование). Следующий участник кладет картинку с изображением ластика, затем прикладывается изображение ножниц и т. д.

Упражнение «Выложи фигуру» полезно для повышения самоконтроля. Взрослый готовит фигуру из счетных палочек, предлагая ребенку рассмотреть ее и запомнить изображение. Потом накрывает фигуру и предлагает выложить такую же. Фигуры могут быть самые разные, от простой (домик, снежинка, елочка) до сложного узора. Все зависит от подготовки школьника и его индивидуальных особенностей. Затем игроки меняются ролями, ребенок задает фигуру, а взрослый копирует ее.

### **Тренинг для родителей «Конфликты и способы их разрешения?»**

Цель: научить родителей конструктивным способам разрешения конфликтов с детьми, помочь им понимать причины конфликтов и выбирать подходящие стратегии взаимодействия.

Продолжительность: 2 часа (можно разделить на два 1-часовых занятия)

Участники: родители детей младшего школьного возраста

Материалы:

- флипчарт или доска;
- маркеры;
- листы бумаги и ручки для участников;
- карточки с ситуациями, описывающими семейные конфликты (опционально).

Ход тренинга:

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о семейных конфликтах – неизбежной части семейной жизни. Цель тренинга – научиться разрешать конфликты с детьми конструктивно, укрепляя семейные отношения. Начнем с короткого знакомства. (упражнение на знакомство, например, участники по кругу представляются и коротко рассказывают о своих детях и возрасте).

Ведущий: Какие причины семейных конфликтов вы знаете? (обсуждение, запись ответов на доске). Ведущий структурирует ответы, объясняя, что конфликты возникают из-за разных потребностей, непонимания, несоответствия ожиданий, разных стилей общения, возрастных особенностей детей. Упор делается на понимание потребностей детей разных возрастов.

Ведущий: Разберем типичные конфликтные ситуации в семье (использование карточек с ситуациями или примеры из жизни участников). Участники анализируют ситуации, определяют причины конфликта, эмоции участников. Обсуждаются разные точки зрения на ситуацию.

Ведущий: Подумайте о недавнем конфликте с вашим ребенком. Опишите ситуацию, свои эмоции, реакцию ребенка. (участники записывают свои ответы на бумаге). Обсуждение (по желанию) – что способствовало конфликту, что можно было сделать по-другому.

Ведущий: Рассмотрим эффективные стратегии:

- 1) Активное слушание: понимание чувств и потребностей ребенка.

- 2) Эмпатия: постановка себя на место ребенка.
- 3) Я-сообщения: выражение собственных чувств без обвинений.
- 4) Поиск компромисса: взаимные уступки.
- 5) Постановка границ: четкое обозначение правил и последствий.
- 6) Тайм-аут: предоставление времени для успокоения.

Семья как команда: работа над решением проблемы сообща.

Ведущий: Разделимся на пары. Один играет роль родителя, другой – ребенка. Разыгрываются конфликтные ситуации, применяются различные стратегии. После – обсуждение, анализ эффективности разных подходов.

Ведущий: Спасибо за участие! Домашнее задание: в течение недели попробуйте применить хотя бы один новый метод в разрешении конфликтов с ребенком и проанализируйте результаты.

### **Ролевая игра для детей «Учимся договариваться»**

Цель: научить детей навыкам конструктивного диалога и поиска компромисса в конфликтных ситуациях.

Возраст: 6 лет

Время: 20-30 минут

Участники: дети, ведущий.

Материалы:

- карточки с описанием конфликтных ситуаций;
- игрушки или предметы, которые могут быть предметом спора (кубики, карандаши, машинки и т.д.)

Ход игры:

Ведущий: Сегодня мы будем учиться договариваться. Бывают ситуации, когда мы хотим что-то одно, а другой человек – другое. Как тогда найти

решение, которое устроит всех? Мы поиграем в разные ситуации и попробуем найти выход!

Ведущий раздает детям карточки с описанием конфликтных ситуаций.

Примеры:

1. Двое детей хотят играть одной и той же игрушкой одновременно.
2. Дети не могут решить, во что играть: в машинки или в куклы.
3. Один ребенок взял игрушку другого без разрешения.
4. Дети спорят, кто будет первым выбирать фильм для просмотра.
5. Дети не могут договориться, как разделить конфеты/печенье.

Дети выбирают себе роли и разыгрывают выбранную ситуацию. Ведущий помогает им, если они затрудняются найти слова или решение. Важно поощрять детей высказывать свои чувства и желания, используя «Я-высказывания» (например, «Мне обидно, когда ты берешь мои игрушки без спроса»).

После каждой сценки ведущий задает вопросы:

1. Что чувствовал каждый из вас в этой ситуации?
2. Удалось ли вам договориться?
3. Каким образом вы пришли к соглашению?
4. Какие слова помогли вам договориться?
5. Что можно было сделать по-другому?

Ведущий подводит итоги, хвалит детей за попытки найти компромисс и подчеркивает важность умения слушать друг друга и учитывать чужие чувства.

Ведущий: Сегодня мы увидели, что даже в сложных ситуациях можно найти решение, которое устроит всех. Главное – уметь слушать, говорить о своих чувствах и искать компромисс. Попробуйте использовать эти навыки в жизни!