

Кудрявцева Наталья Владимировна, педагог-психолог

МБОУ ТальскаяСОШ

с. Талое, Ирбейский район

[nata.kudriavtzeva5@yandex.ru](mailto:nata.kudriavtzeva5@yandex.ru)

8(39174)34-2-22

**Программа «Формирование адекватной самооценки учащихся  
начальных классов посредством игровой деятельности»**

Российское образование претерпевает значительные изменения, так как современному обществу необходимы люди, обладающие не только обширными и глубокими знаниями, но и предприимчивостью, инициативностью и самостоятельностью, а это значит, что важнейшей чертой современного образования становится его направленность на подготовку учащихся к активному освоению своего жизненного пространства.

За многие годы работы в школе поняла, что психологическим фундаментом развития личности, способной найти свое место в мире, является адекватная самооценка. Особое значение для процесса формирования самооценки имеет период младшего школьного возраста. Именно на этом жизненном этапе появляются психические новообразования, расширяются виды деятельности и социальные контакты, которые создают условия для того, чтобы в дальнейшем самооценка стала дифференцированной, устойчивой, и адекватной. Если у обучающегося неадекватная и неоправданная самооценка, это может нанести непоправимый урон ребенку и в данный момент, и в будущем. Поэтому уделяю большое внимание формированию адекватной самооценки.

С помощью предложенной практики решаю проблему: каким эффективным способом, в рамках работы психолога, можно положительно повлиять на формирование адекватной самооценки младших школьников?

Работу провожу с обучающимися 2-го класса. Так как именно в этот период вводится оценочная система учебной деятельности. Дети с

нетерпением ждут, когда им начнут ставить отметки, и, конечно же, они ожидают получать пятёрки. Зачастую второклассники вначале учебного года слово «отметка» подменяют словом «пятёрка». Но ожидания не всегда оправдываются. И такая ситуация негативно влияет на самооценку учащихся.

В рамках психолого-педагогической деятельности, для формирования адекватной самооценки обучающихся начальной школы, мной разработана программа.

Каждое занятие содержит следующие этапы:

- Ритуал приветствия (придумывается детьми на первом занятии и используется на протяжении всего цикла занятий);

- Разминка;

- Основная часть;

- Рефлексия прошедшего занятия;

- Ритуал прощания (придумывается детьми на первом занятии и используется на протяжении всего цикла занятий).

**Программа «Формирование адекватной самооценки учащихся начальных классов посредством игровой деятельности».**

1) Пояснительная записка.

Адекватная самооценка человека является важной составляющей в развитии личности.

Ребёнок не рождается на свет с каким-то отношением к себе. Эта особенность формируется постепенно в процессе воспитания. И важную роль в формировании у ребёнка позитивного отношения к себе играют семья и школа. Данная программа направлена на профилактику и коррекцию неадекватной самооценки.

В начальной школе дети очень любят играть. В игре у них есть возможность наблюдать, исследовать, открывать, оценивать и сравнивать то, что они знают и могут самостоятельно делать. Игровая деятельность обучает ребенка управлять своим поведением и через взаимодействие с другими

расширяет его ролевой репертуар. Если в игре дети получают поддержку и поощрение от взрослых, то они становятся более уверенными, у них повышается самооценка, то есть они учатся любить себя.

Для детей этого возраста важна положительная оценка не только взрослых, но и сверстников. Именно в общении со сверстниками складывается способность оценивать другого человека и, сопоставляя себя с другими людьми, оценивать себя. Ребёнок присматривается к себе, «примеряет» себя к окружающему миру, он стремится выделить своё Я, проявить себя в разнообразных отношениях, что обеспечивает развитие себя в обществе.

Поэтому форма работы - групповая.

Основным методом воздействия выбрана игра.

Предполагаемый результат: Дети должны осознать ценность собственной личности, сформировать позитивное самоотношение, повысить уверенность в себе, снизить психоэмоциональное напряжение, уровень агрессивности и демонстративности, сформировать умение эффективно общаться с другими.

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников.

Задачи:

- Снизить уровень эмоционального напряжения
- Повысить уверенность детей в себе
- Развить способность видеть в себе «хорошее»
- Формировать коммуникативные навыки
- Развить способность позитивного отношения к людям

Общее время для реализации программы 12 недель, при частоте 1 раз в неделю. Продолжительность каждого занятия 30 минут.

2) Тематическое планирование:

№ занятия	Цель занятия	Этап занятия	Игра
1	Способствовать повышению самооценки	Ритуал приветствия	
		Разминка	Гусеница
		Основная часть	Зайки и слоники
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
2	Развивать в детях чувство сопереживания	Ритуал приветствия	
		Разминка	Воробьи
		Основная часть	Жужа
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
3	Развивать в детях чувство эмпатии,	Ритуал приветствия	
		Разминка	Дракон
		Основная часть	Глаза в глаза
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
4	Научить детей выплёскивать в приемлемой форме накопившийся гнев.	Ритуал приветствия	
		Разминка	Воробьи
		Основная часть	Маленькое приведение
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
5	Развивать чувство доверия к другим людям	Ритуал приветствия	
		Разминка	Мостик дружбы
		Основная часть	Ласковое имя
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
6	Формировать уверенность в себе	Ритуал приветствия	
		Разминка	Я хороший
		Основная часть	Рисуем по подсказке
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
7	Способствовать повышению	Ритуал приветствия	
		Разминка	Гусеница

	уверенности в себе	Основная часть	Закончи предложение
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
8	Повышать самооценку	Ритуал приветствия	
		Разминка	Дракон
		Основная часть	За что меня любит мама
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
9	Формировать уверенность в себе.	Ритуал приветствия	
		Разминка	Мостик дружбы
		Основная часть	Я-лев
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
10	Учить детей выразить свои эмоции, хвалить других и получать критику в свой адрес	Ритуал приветствия	
		Разминка	Человекомашины
		Основная часть	Подари карточку
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
11	Научить детей контролировать свои движения	Ритуал приветствия	
		Разминка	Воробьи
		Основная часть	Толкалки
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	
12	Учить детей выразить свои эмоции, развивать чувство радости	Ритуал приветствия	
		Разминка	Если нравится тебе, то делай так
		Основная часть	Изобрази
		Рефлексия	
		Ритуал прощания	

Включенные в программу игры и упражнения, направленные на формирование адекватной самооценки, их цели и содержание в [приложении 1](#).

Для проверки результативности программы с учащимися этого класса провожу первоначальную и контрольную диагностику. Первоначальную - до реализации программы, контрольную - после проведения цикла занятий по

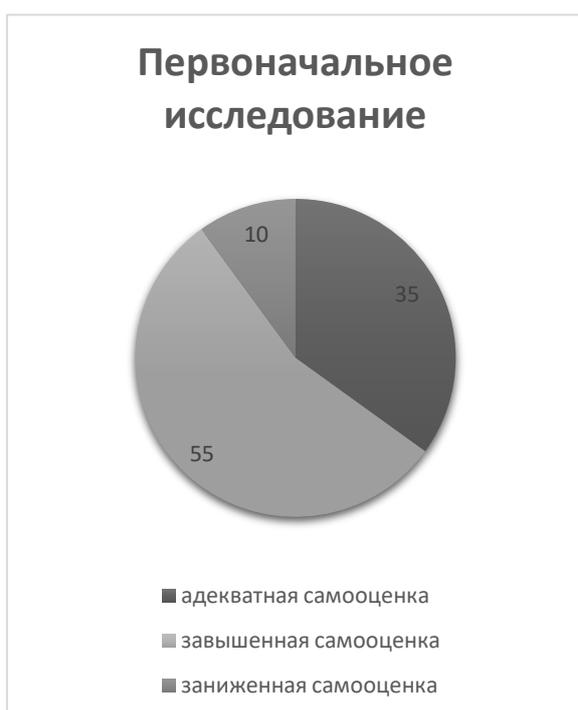
этой программе. Инструментарий, условия проведения и обработка данных диагностик- идентичны.

Для большей достоверности исследования использую две методики:

1. Модифицированная методика самооценки Дембо-Рубинштейн ([Приложение 2](#))
2. Методика А.В. Захарова, направленная на определение эмоционального уровня самооценки. ([Приложение 3](#))

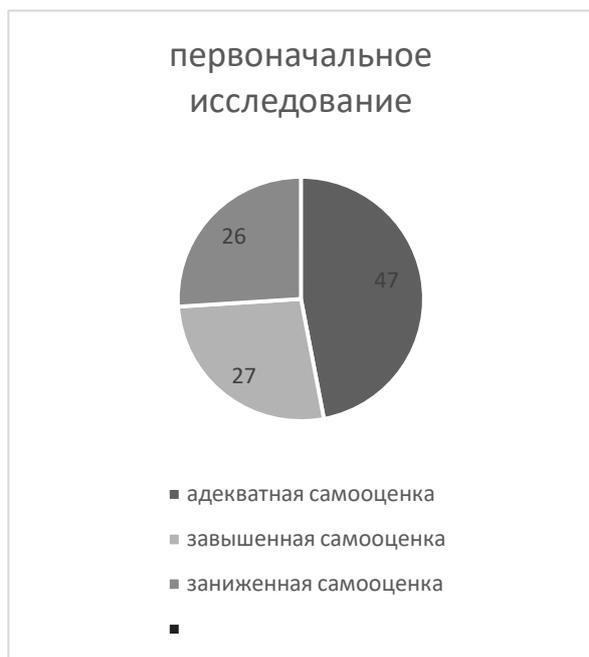
Практика показывает четкую общую тенденцию положительных изменений в формировании адекватной самооценки учащихся класса на протяжении нескольких лет.

2017-2018 учебный год



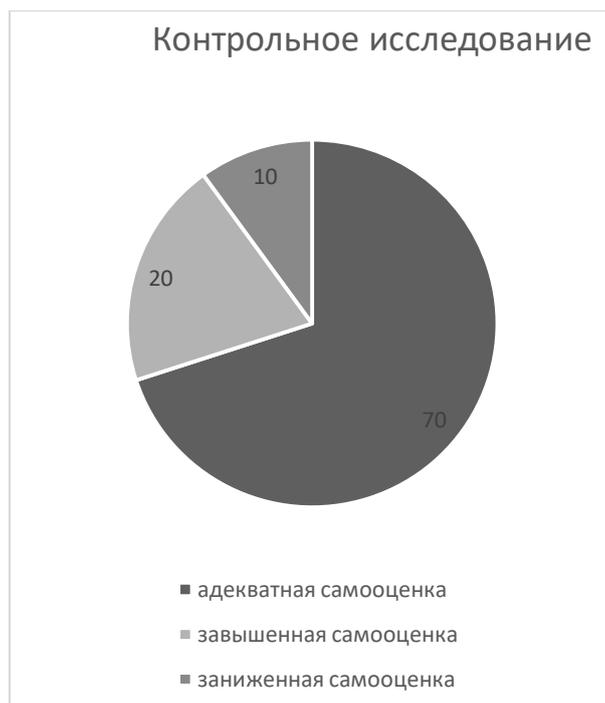
В 2017-2018 учебном году в результате внедрения программы, уровень завышенной и заниженной самооценки у учащихся 2-го класса снизился в пользу адекватной (завышенной -на 35%, заниженной –на5%)

## 2018-2019 учебный год



В 2018-2019 учебном году в результате внедрения программы, уровень завышенной и заниженной самооценки у учащихся 2-го класса снизился в пользу адекватной (завышенной -на 16%, заниженной –на14%)

## 2019-2020 учебный год



В 2019-2020 учебном году в результате внедрения программы, уровень завышенной и заниженной самооценки у учащихся 2-го класса снизился в пользу адекватной (завышенной -на 10%, заниженной –на10%)

Результаты исследования за 2019-2020 учебный год в [Приложении 4](#) и [Приложении 5](#).

По наблюдениям, после проведения цикла занятий по данной программе у детей были сформированы доверительные отношения, налажены коммуникативные способности, а также повышена активность и уверенность в своих силах. Педагоги отметили, что дети прошедшие программу, легче адаптировались при переходе в среднее звено, увереннее чувствуют себя у доски, умеют адекватно относиться к своим проблемам в усвоении программы.