

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**ПЕТРОВА АННА АЛЕКСАНДРОВНА**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**РАЗВИТИЕ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИНТЕРАКТИВНЫХ ИГР**

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

**ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ**

Заведующий кафедрой  
канд. психол. наук, доц. Дубовик Е.Ю.

21.05.2015



Руководитель

канд. психол. наук, доц. Авдеева Т.Г.

21.05.2015



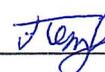
Дата защиты

25.06.2015

Обучающийся

Петрова А.А.

21.05.2015



Оценка

Красноярск 2019

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |    |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....   | 3  |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ<br>ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....            | 7  |
| 1.1. Теоретические основы самооценки в психологической науке.....   | 7  |
| 1.2. Проблема развития самооценки детей старшего дошкольного<br>возраста.....                             | 11 |
| 1.3. Интерактивные игры как средство развития самооценки детей<br>старшего дошкольного возраста.....      | 14 |
| Выводы по Главе 1.....  | 19 |
| ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ<br>САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... | 20 |
| 2.1. Организация и методы исследования.....   | 20 |
| 2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента.....   | 24 |
| 2.3. Программа интерактивных занятий и игр «В игре я<br>совершенствуюсь!».....                            | 30 |
| 2.4. Анализ результатов контрольного эксперимента.....  | 52 |
| Выводы по Главе 2.....  | 58 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....   | 59 |
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....   | 61 |
| Приложения.....   | 67 |

## ВВЕДЕНИЕ

В современной системе образования одной из центральных проблем является воспитание успешной личности. На это указывает и Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: «Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности» [1].

Одним из особо активных этапов становления личности, основным звеном которой является самооценка, помогающая сформировать основополагающие установки человека, степень его требований и всю совокупность оценок, принято считать детство. Самооценка влияет на мировоззрение, определяет динамику и поведение человека [12].

В 5 лет дети начинают более глубоко оценивать людей. Появляется осознание того, что ассоциируемые с представителями разных полов качества, скорее возможные, нежели обязательные. 6–7-летний ребенок в совершенстве понимает необратимость половой принадлежности, что вдобавок совпадает с бурным усилением половой дифференцировки поведения и установок [2].

Наиболее ценной и уникальной формой общественной жизни детей дошкольного возраста считается игра, в которой они объединяются по собственной инициативе или желанию взрослого, действуют по определённым правилам, познают мир.

Новейшие современные тенденции требуют от педагогов и психологов решение образовательных задач несколькими путями, одним из которых являются интерактивные игры. Интерактивность предполагает возможность взаимодействовать или состоять в режиме беседы, диалога с кем-либо, это одна из характеристик диалоговых форм познания [39].

Подобная связь с детьми оказывает влияние на их настроение, отношение к себе и окружающим. Дошкольники получают способ лучше постичь себя, свои ценности и приоритеты, быть терпимее и внимательнее, в какой-то мере побороть личные опасения, осознать собственную значимость. Интерактивные игры позволяют детям обучиться коммуникативным навыкам и принять социальные нормы [31].

В связи с тем, что самооценка определяет дальнейшее личностное и профессиональное развитие, её важность объясняется необходимостью оптимальной ориентации в собственной деятельности, в окружающем мире при определении целей личностного развития. Непосредственно в старшем дошкольном возрасте происходит успешное созревание адекватной самооценки ребёнка, от чего далее зависит его погружение в учебную деятельность в школе [49].

Таким образом, актуальность проблемы развития самооценки определяется недостаточной изученностью её глубины именно в старшем дошкольном возрасте, а также отсутствием практических разработок по использованию интерактивных игр.

**Цель исследования** – развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста посредством интерактивных игр.

**Объект исследования** – самооценка детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования** – интерактивные игры как средство развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Гипотеза исследования** – предполагается, что использование интерактивных игр будет способствовать развитию самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи исследования:**

- 1) изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования;
- 2) организовать и провести исследование самооценки старших дошкольников;
- 3) выявить особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста;
- 4) разработать программу интерактивных занятий и игр для развития самооценки старших дошкольников;
- 5) оценить эффективность разработанной программы.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования:**

- теоретические: анализ, сравнение и обобщение научной литературы по теме исследования;

- эмпирические: эксперимент.

Методики:

- «Лесенка» (В.Г. Щур);
- «Какой Я?» (Р. Немов);
- «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте).

Теоретико-методологическая основа исследования:

- личностно-ориентированный подход в педагогическом процессе (В.В. Сериков, Е.В. Бондаревская, В.А. Петровский и др.);
- положения о процессе формирования Я-образа у детей дошкольного возраста и в онтогенезе личности, рассмотренные Р. Бернсом, У. Джеймсом, В.В. Столиным, Т.Е. Соколовой, И.И. Чесноковой;
- исследования самооценки (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, М.И. Лисина, А.П. Захарова, И.С. Кон, В.В. Смолина и др.).

**База исследования:** муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад XX» г. Красноярска.

**Структура работы** состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1. Теоретические основы самооценки в психологической науке

Самооценка является формой отражения человеком самого себя как субъекта познания, развивающей активность человека, природу социального поведения, его потребности в определении целей и их достижении. Она регулирует отношений человека с окружающей его средой при сохранении своей многообразия. Для реализации поставленных выше задач специалист должен понимать особенности самооценки своих воспитанников, контролировать качественные изменения в ней. В дошкольном возрасте самооценка становится особым компонентом мотивационно-потребностной сферы личности [41, с. 295–298].

Изначально самооценка была неотделима от идеи «Я». Таковой она встречалась в философских концепциях и многих психологических исследованиях. Лишь во второй половине XIX в. проблема «Я» стала одной из главных проблем психологических школ.

По мнению У. Джеймса концепция «Я» имеет двустороннюю природу, которое содержит два неразделимых одновременно существующих компонента: совершенное знание («Я» – сознающее) и его внутренний смысл («Я» – как объект, эмпирическое «Я»). Эмпирическое «Я» (или «Моё») представляет собой комплекс того, что человек способен именовать своим, который разделяется на три составляющих. Первая включает сложные компоненты личности, а именно духовное Я – все психические особенности, склонности и способности (мысли, чувства, желания, ощущения); общее Я – мнения и отношения других, социальные положения, т.е. то, что значимо для окружения; физическое Я – внешняя сторона: одежда, семья, имущество. Ко второй части относятся чувства и эмоции (или самооценка), непосредственно определяемые упомянутыми выше составными компонентами; третья – поступки человека (забота о самом себе и самосохранение). Под понятием «самооценка», которое было введено благодаря У. Джеймсу, обозначающее

требования личности и переживания определенных эмоций, на которые не влияют ни оценки других людей, ни социальные факторы. Они выступают в качестве соотношения его возможностей, приводящих к конкретному исходу дела [20].

К. Роджерс выявил возникновение самооценки в процессе взаимосвязи с окружающей средой, с другими людьми. Действия ребенка и его развитие напрямую согласуются с его самооценкой.

Американский учёный, психолог В. Сатир в качестве самооценки считала способности человека к достоинству и самоуважению. По мнению психолога, самооценка сама по себе непосредственно позволяет управлять многочисленными факторами, влияющими на успех выбора и развитие ребёнка.

В.С. Мухиной было зафиксировано, что самооценка представляет собой понимание ребёнка, в которой он окружает себя другими людьми.

По версии М.И. Лисиной «самооценка – это механизм расширения знаний о себе на уровне аффективного процесса, то есть, механизмом «обрастания» знаний о себе, соответствующим отношением к самому себе». Представление самооценки, на взгляд М.И. Лисиной, считается наиболее ограниченным, нежели понятие о самом себе, и формируется на более высоких стадиях развития ребёнка. Автор полагает, что «четкая и уверенная конкретная самооценка – достижение дошкольного возраста, которое обеспечивает готовность детей к обучению в школе, поскольку без нее невозможно построение у детей учебных действий и рефлексии» [21, с. 27–28]. Мухина считает началом становления самооценки возникновение непосредственно осознанной потребности осуществлении личной деятельности и адекватного анализа собственных действий и личностных качеств. В социуме ребёнок собирает знания о самом себе, постоянно оценивает и эмоционально реагирует. В результате этого складывается самооценка, которая регулирует поведение [5].

В работах Л.С. Выготского самооценка связана с представлениями о самосознании, под которым он понимал непрерывный процесс, путь социальных и психологических и преобразований, трансформации всей психической жизни, приводящих к возникновению самосознания. Становление самосознания, по Л.С. Выготскому, – конкретный культурно-исторический этап в развитии личности, который неизбежно появляется на предыдущих этапах. К тому же, психолог особо выделяет взаимосвязь развития самосознания и среды.

Самосознание как интегративная сложнейшая система личности разрабатывалась С.Л. Рубинштейном. Оно возникает в ходе развития сознания личности, поэтому при появлении человека на свет отсутствует. Понимание своих сторон личностью, собственной значимости и объективности способствует развитию её независимости.

Внутреннее состояние психики отражает действия ребёнка с окружающими, перестраивая внутреннее отношение к другим людям и к самому себе [20].

Согласно взглядам отечественных психологов (А.В. Петровского, С.Л. Рубинштейна) важнейший структурный компонент самосознания личности, его ведущее структурное образование и есть самооценка.

В некоторых исследованиях самооценка представлена как самоотношение (Е.Н. Андреева, С.Р. Пантिलеев, Н.И. Сарджвеладзе и др.).

Существует также подход, в котором самооценка определяется как интеллектуальное действие и характеризуется рефлексивным характером. В связи с этим Л.С. Выготский отмечал, что именно рефлексия способствует самонаблюдению человека со стороны своих переживаний, внутренне разделять «Я» рассуждающее, оценивающее, действующее.

Наконец, в ряде научных источников выполняющая основную роль регулятора деятельности и поведения самооценка представлена как личностное образование, как независимая характеристика личности, ее

главный элемент, формирующийся при постоянном участии самой личности, и выражающий специфику ее внутреннего мира [26].

Существует неадекватная и адекватная (реальная, объективная). Непосредственно неадекватная самооценка бывает завышена либо занижена.

Некоторые авторы (М.И Лисина, А.И. Силвестру) называют повышенную самооценку последствием постоянных «поглаживаний», поощрений, лишенных органичности и, непосредственно выступают родительской манипуляцией. Дети с заниженной самооценкой выглядят угрюмыми, застенчивыми, не жизнерадостными. Дошкольник с низкой самооценкой убежден, что играть с ним невыносимо – и на самом деле становится так, потому что он не позволяет себе заниматься игрой. А поскольку ему необходимо общение, остальные воспитанники привлекают его к выполнению скучных, проигрышных, исполнительских ролей. Наверно, как только такого рода дошкольник берёт на себя смелость осуществить действие (ударить обидчика, придумать новый сюжет – неважно), может случиться, что в последующем ему станет стыдно за собственный успех, за ошибку, волноваться, сдерживать своё участие, уклоняться от ответственности [12, с. 65–72].

Самооценка выполняет следующие функции:

- нахождение решения проблемы «Я могу...» – прогностическую (непосредственно самооценка + степень требований + осознание своей уникальности);
- урегулирование вопроса «Чего я стою?» – изучение себя (чувство собственного достоинства, полноценности);
- «Что я должен делать? Как себя вести?» – регулятивная;
- защитная. Адекватная либо завышенная самооценка способствует тому, что человек может пережить неудачи, веря в свои силы, вспоминая прошлые успехи и получая настоящие. Однако, заниженная самооценка субъекта защитную функцию не осуществляет [29].

Конструкция самооценки содержит две составляющих – когнитивную и эмоциональную. Первый показывает знания лица о себе, второй – его позицию к себе как уровень удовлетворенности собой. Понимание себя, получаемое в социуме, неизбежно обрывается эмоциями, влияние и обострение которых определяется смысловой ценностью для человека. Нишу когнитивного компонента самооценки заполняют операции сопоставления себя окружающими, сравнение своих качеств с действующими образцами. Указанные элементы находятся в неразрывном единстве: в чистом виде они отсутствуют [38].

В вопросе определения возрастного периода, наиболее эффективного для формирования самооценки, мнения исследователей разделяются. Так, И.С. Кон, Э. Эриксон, А.И. Липкина и другие отмечают, что наиболее чувствителен для формирования самооценки именно период младшего школьного возраста. При этом В.С. Мухина, Т.А. Репина, М.И. Лисина констатируют, что процесс формирования самооценки следует начинать уже с детьми старшего дошкольного возраста [16, с. 59–62].

## **1.2. Проблема развития самооценки детей старшего дошкольного возраста**

Анализируя самооценку дошкольников, Л.С. Выготский обозначил: «Ребенок дошкольного возраста любит себя, как общественные отношения к самому себе, которое остается одним и тем же в разных ситуациях, но самооценки как таковой, но обобщенных отношений к окружающим и понимания своей ценности у ребенка этого возраста нет. Следовательно, к семи годам возникает ряд сложных образований» [34].

Уже 5–7-летние дошкольники более всего пробуют идентифицировать себя с родителем своего же пола. Мальчики, как представители мужского пола, желают походить на отца – авторитета для них в эти годы, а девочки – на свою мать, получая при этом уверенность в общении со сверстниками

своего же пола. В том случае, когда у мальчика отец отсутствует, ребёнок непосредственно ощущает свою уязвимость и в сумме с чересчур опекающим, возмещающим дефицит отцовского внимания отношением матери такое воспитание чаще всего приводит к отсутствию самостоятельности, инфантильности и появлению усиленной тревожности. У девочек же на увеличение фобий и возрастание степени тревожности влияет факт общения с беспокойной, лишенной опоры матерью. Потеря в себе уверенности у девочек обуславливается отсутствием идентификации с матерью. В подростковом возрасте это может привести к депрессии, появлению ощущения своей «никчемности», неопределенности чувств, желаний [12, с. 39–40].

Непосредственно становлению собственной оценки способствует отношение человека себя как носителя половых особенностей. На сегодняшний день существует достаточно исследований по изучению самооценки детей.

Интересным, на наш взгляд, является исследование В.С. Чернявской и А.Ф. Бусловой. Они установили наличие взаимосвязи самооценки старших дошкольников с половозрастной идентификацией. А именно если мальчики осознают свои половозрастные характеристики, то их самооценка более адекватна. Заниженная самооценка же у мальчиков возможна, если идентификация по полу и возрасту происходит неудачно.

У девочек же наоборот. Чем лучше они представляют личные особенности, тем чаще они имеют завышенную самооценку.

К тому же авторы определили, полоролевая идентификация у опрошенных детей протекает успешно, но с явной тенденцией к преувеличению своего социального статуса и возраста. Учёные выявили, что самооценка мальчиков и девочек практически не имеет отличий, и поэтому назвали «адекватной с незначительными "перекосами" в сторону завышения (реже – занижения)» [48].

Авторы В.А. Космач и А.Э. Цыцына провели исследование самосознания у старших дошкольников, в ходе которого выявили следующие результаты. У мальчиков образ реального-Я и идеального-Я характеризуется качеством «сильный», у девочек – «нравиться мальчикам». Девочки же имеют более высокую самооценку. У мальчиков в старшем дошкольном возрасте значительные различия между идеальным и реальным-Я способствуют снижению самооценки. В рассматриваемом возрасте самооценивание становится более самостоятельным и дифференцированным, т.к. расширяются и углубляются представления о себе. Всё это происходит благодаря взаимодействию с окружающими ребёнка людьми [47, с. 223–225].

В статье «Особенности развития положительной самооценки старших дошкольников, имеющих трудности в общении со сверстниками» авторы О.В. Кудашкина и М.Е. Дозорова обнаружили следующие особенности уровней самооценки.

Дети с высокой самооценкой часто переоценивают свои силы, мобильны, не умеют анализировать результаты своих действий, конфликтные, несдержанные, испытывают трудности решать проблемы до конца, всегда демонстративны и стараются доминировать.

Дети, имеющие средний уровень самооценки, уравновешены, уверены в себе, активны, быстро переключаются на разные виды деятельности, анализируют себя, свою деятельность и её результаты, а также причины своих ошибок и неудач.

Дети с низкой самооценкой почти не представляют себя в ситуации успеха и положительного отношения к себе, зависят от мнения других, боятся, что их не правильно поймут, уходят в себя, сконцентрированы на собственных неудачах, довольно самокритичны и неуверены в себе, легко ранимы, тревожны [20].

Ж.В. Мельник в статье «Гендерные особенности становления образа «Я» в старшем дошкольном возрасте» определил, что для девочек значимы такие качества, как ласковая, застенчивая, нежная, трудолюбивая; для

мальчиков – отважный, мужественный. Дошкольники в 7 лет часто используют качества будущих школьников, например, заботливый, учтивый, ответственный, справедливый. К сожалению, зачастую свойства, которые дети приписывают себе, не редко не соответствуют чертам окружающих, приемлимых/ неприемлимых особенностей, которые не нравятся. Например, в устных описаниях собственного «Я» у части мальчиков присутствовали такие женские черты как «нежные», «чуткие», в самохарактеристиках у девочек – мужские качества (в частности смелая, мужественная) [24].

Рассмотренные исследования показали возможности изучения самооценки детей старшего дошкольного возраста с разных сторон. Учёные выяснили, что самооценка у девочек и мальчиков действительно имеет различия.

### **1.3. Интерактивные игры как средство развития самооценки в дошкольном возрасте**

Создателем интерактивных игр принято считать немецкого психотерапевта Клауса Фопеля. Ядро разработанных им игр составляет синтез элементов многообразных видов психотерапии: транзактного анализа, психодрамы, гештальттерапии, метода направленного воображения и осознания ценностей.

В своей книге «Технология ведения тренинга: теория и практика» под интерактивной игрой К. Фопель понимает «интервенция (вмешательство) ведущего в групповую ситуацию «здесь и теперь», которая структурирует активность членов группы в соответствии с определенной учебной целью». Автор считает, что с помощью интерактивных игр участники глубже смогут понимать структуру и закономерности совершающейся действительности. Таким образом, можно более эффективно и с относительно малым риском обучиться новым способам поведения и проверить на практике свои идеи. К. Фопель рассматривает следующие источники происхождения

интерактивных игр развлекательные (например, «Монополия»), военные (моделирование военных ситуаций), экономические (обучающие), психотерапевтические игры [46, с. 9–12].

В современной психологической науке интерактивная игра означает способы взаимодействия, нахождения взаимодействовать, находиться в системе общения, диалога с кем-либо. Другими словами, такая игра ориентирована на более широкое взаимодействие воспитанников не только с педагогом, но и друг с другом, а также на доминирование активности детей в процессе воспитания.

Основной целью интерактивных игр считается создание комфортных условий воспитания, при которых ребёнок чувствует свою успешность, интеллектуальную состоятельность; предоставить сведения, а также сформировать площадку для устранения проблем.

Задачами интерактивных игр являются:

- пробуждение у дошкольников интереса;
- эффективное усвоение программы;
- самостоятельный поиск детьми путей и вариантов решения поставленной задачи;
- обучение работать в команде, проявлять терпимость к любой точке зрения;
- уважать право каждого на свободу слова;
- формирование у воспитанников мнения и отношения [6].

Интерактивные игры отличаются возможностью применения во всех образовательных областях:

- экологическое образование – развитие основных взглядов о природном обилии нашей планеты, становление осмысления того, что человек является составляющей природы, что он обязан ухаживать за ней, оберегать и защищать ее, что всё находится в системе;
- физическое развитие – становление понимания о здоровом образе жи-

зни, улучшение устремлений, самодостаточности и креативности в двигательной активности, возможности к саморегуляции, самооценке при выполнении движений, формировании мотивации к участию в подвижных и спортивных занятиях;

- развитие элементарных математических представлений – усвоение эталонов величины, числа и множества, формы, цвета, времени и пространства;
- художественно-эстетическое развитие – формирование эстетических чувств ребёнка, образных представлений и художественного восприятия, воображения, музыкальная деятельность, художественно-творческих способностей, приобщение к искусству и художественной литературе;
- нравственное воспитание – развитие сочувствия, отзывчивости, взаимопомощи, толерантности; социально-коммуникативное развитие – становление навыков самообслуживания, овладение ценностями и общественными нормами;
- развитие речи – совершенствование всех элементов устной речи детей: формирование словаря, связной речи – различных видов, грамматического строя речи, воспитание фонематической стороны речи.

Не следует путать интерактивную игру с ролевой и деловой игрой. Ролевая игра направлена на разыгрывание ролей, ситуаций и оценку наблюдателей. В процессе деловой игры формируются определенные навыки и личностные качества. В интерактивных играх заложен механизм эффективного общения с находящимися вокруг людьми, снимать психологические препятствия [14].

Различают следующие виды интерактивных игр для детей старшего дошкольного возраста.

Развивающие игры созданы для развития когнитивной сферы, развития воображения, эмоционального и нравственного развития. Способствуя творчеству и самовыражению детей, такие игры не имеют конкретно выделенной дидактической задачи. Сюда относятся разнообразные

музыкальные редакторы, конструкторы сказок, графические редакторы (раскраски), работа с иллюстрациями и др.

В обучающих играх дошкольник решает некую дидактическую задачу. Это могут быть игры на обучение родному и иностранному языкам, формирование у детей начальных математических представлений, с нравственным и эстетическим воспитанием и др.

Логические игры способствуют совершенствованию логического мышления ребенка, например, решить головоломку с одной или несколькими задачами;

Игры-забавы помогают ребенку полезно в развлекательной форме провести время. Здесь он может путешествовать по сказке или продолжить мультфильм [13].

Главное в организации интерактивной игры с детьми дошкольного возраста – создание специальной среды для получения необходимых им навыков взаимодействия, с помощью которого воспитанники узнают новое, учатся эмпатии, осознают духовно-нравственные представления и ценности и принимают их. Несмотря на разные варианты интерактивных игр, способ их проведения в достаточной мере универсален и создаётся на следующем алгоритме.

1. Подбор педагогом заданий и упражнений для группы детей (возможно, проведение подготовительного занятия);

2. Знакомство детей с проблемой для поиска конкретного решения. Для принятия и осознания детьми проблема и цель задания необходимо четко и в доступной форме сформулированы педагогом. Детей знакомят с правилами игры, дают им четкие инструкции;

3. Для достижения поставленной цели процесс игры способствует взаимодействию детей друг с другом. Вызывающие затруднения этапы игры корректируются и направляются в правильное русло педагогом;

4. В конце игры подводятся результаты. Анализ сосредоточен на эмоцио-

альном (чувства, которые испытали дети) и содержательном (что понравилось, что вызвало затруднение, действия участников игры, результат) аспектах [36].

Интерактивные игры – актуальный и известный метод обучения и воспитания, реализующий образовательную, развивающую и воспитывающую функции, которые находятся в органическом единстве.

Применение интерактивных методов обучения способствует реализации дифференцированного подхода к детям разного уровня развития.

Использование в игровой форме новых приемов закрепления повышает произвольное и развивает произвольное внимание детей [2, с. 46–47].

## Выводы по Главе 1

Самооценка – это двухкомпонентное личностное образование, которое непосредственно помогает познать и защитить себя, выстроить необходимый уровень притязаний, регулировать своё поведение. Её природа не однозначна. Формируется самооценка на всех без исключения этапах дошкольного детства: от общей к дифференцированной, от неустойчивой к устойчивой. В старшем дошкольном возрасте отношение ребенка к себе опосредуется оценками сверстников, родителями и воспитателем, а результативность деятельности снова становится важной. Самооценка старшего дошкольника более чёткая и конкретная, нежели в младшем и среднем дошкольном возрасте. Она направлена вглубь самого ребёнка.

Интерактивная игра развивает у ребёнка новые впечатления, способствует обретению социального опыта, благодаря обогащению душевной теплоты, чуткости и уважению улучшается общение со своими родителями.

Поскольку половая идентификация закладывает и развивает будущие социальные роли, то над ней надо работать уже со старшего дошкольного возраста.

Для формирования самооценки дошкольник использует собственный практический опыт, общение со сверстниками, стиль детско-родительских отношений и взаимоотношений с педагогами.

Анализ источников показал неоднозначность существующих подходов на понятие и природу самооценки, что подчёркивает важность изучения данной проблемы [2, с. 46–47].

## ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИНТЕРАКТИВНЫХ ИГР

### 2.1. Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование проводилось в МБДОУ ХХ г. Красноярск. В исследовании участвовали 27 детей старшего дошкольного возраста.

Нами применялся следующий диагностический инструментарий: методика «Лесенка» (В.Г. Щур), методика «Какой Я?» (Р. Немов), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василяускайте).

*Методика «Лесенка».*

Цель: диагностика уровня самооценки, особенностей ее идентификации и оценки детьми других людей.

Стимульный материал: бланк с 6-ью нарисованными лесенками из 5 ступенек: «здоровый – больной», «умный – глупый», «хороший – плохой», «красивый – некрасивый», «добрый – злой», «счастливый – несчастный» [Приложение А].

Ход исследования.

Ребёнку предлагается следующая инструкция: «Сейчас ты рассадешь всех детей на этой лесенке. Из них на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках – плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?».

После ответа ребенка, его спрашивают: «Какой ты на самом деле или хотел бы быть таким? «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, воспитатель». Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует

задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Анализ и интерпретация результатов.

Дошкольник с заниженной самооценкой не объясняет свой выбор либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала», поэтому рисует себя на нижней ступеньке. Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дошкольник, у которого адекватная самооценка, сосредоточено обдумывает задание, после чего ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку. Свои действия объясняет, основываясь на достижения и реальность считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

Ребёнок с высокой самооценкой, не долго думая, рисует себя на второй высокой ступеньке. Способен описать свои действия, выделить некоторые промахи и недостатки. Однако ссылается на независимыми от него причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

Ребёнок с неадекватно завышенной самооценкой, не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя собственный выбор позицией взрослого: «Я хороший. Только хороший и больше никакой, это мама так сказала» [25].

*Методика «Какой Я?».*

Цель: определения самооценки.

Стимульный материал: протокол с десятью положительными качествами личности [Приложение Б].

Ход исследования.

Используя заранее подготовленный протокол, психолог, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Предлагаемые ребенком оценки самому

себе указываются в соответствующих колонках протокола и переводятся в соответствующие баллы.

Анализ и интерпретация результатов.

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Получившаяся сумма баллов соответствует конкретному уровню самооценки: очень низкий – 0–1 балл, низкий – 2–3 балла, средний – 4–7 баллов, высокий – 8–9 баллов, очень высокий – 10 баллов [10].

*Методика «Нарисуй себя».*

Цель: изучение особенностей эмоционально-ценностного отношения к себе детей.

Стимульный материал: стандартный лист белой нелинованной бумаги, сложенный пополам, четыре цветных карандаша – черный, коричневый, красный и синий. Первая страница остается чистой, здесь после проведения работы записываются необходимые сведения о ребенке. На второй, третьей и четвертой страницах в вертикальном положении сверху большими буквами напечатано название каждого рисунка – соответственно: «Плохой мальчик/девочка» (в зависимости от пола ребенка), «Хороший мальчик/девочка», «Я сам(а)».

Ход исследования.

Детям предлагается инструкция: «Сейчас вы нарисуете плохого мальчика/плохую девочку. Для этого вам понадобятся коричневый и чёрный карандаши. Чем хуже будет мальчик или девочка, которого вы нарисуете, тем меньше должен быть рисунок. Со всем плохой займет очень мало места». После того как дети закончили рисовать, дается следующая инструкция: «А теперь красным/синим карандашами вы рисуете хорошего мальчика или хорошую девочку. И чем лучше будет девочка или мальчик, тем больше должен быть рисунок. Очень хороший займет весь листок».

Анализ и интерпретация результатов.

Анализ «автопортрета»: есть все главные и дополнительные детали, изображение полное, прорисовка тщательная, фигурки в движении и т.п. Максимальное число баллов – 10. По одному баллу снимается, если чего-то не хватает. 1 балл добавляется за каждую дополнительную деталь, «разукрашенность», представленность в сюжете или движении начисляется. Чем больше баллов, тем позитивнее отношение к рисунку, т.е. к себе (норма 11–15 баллов). Однако отсутствие необходимых деталей указывает на отрицательное или конфликтное отношение.

Сопоставление «автопортрета»:

- общее впечатление о похожести «автопортрета» на рисунок «хорошего»;
- 1 балл, на рисунок «плохого» – минус 1 балл;
- использованные в «автопортрете» цвета (цветов приблизительно поровну – 0 баллов; больше черного и коричневого цвета – минус 1 балл; больше синего и красного цвета – 1 балл);
- 1 балл начисляется за размер «автопортрета» (приблизительно совпадает с «хорошим», минус 1 балл – совпадает с «плохим», больше «плохого» и меньше «хорошего» – 0,5 балла);
- повторение на «автопортрете» деталей рисунков «хорошего» или «плохого» (одежда, головной убор, игрушки, цветы, рогатка и т.д.).

Расположение «автопортрета» на листе. Изображение рисунка внизу страницы – минус 1 балл, если к этому и фигурка изображается маленькой – минус 2 балла. Такое положение свидетельствует о депрессивном состоянии ребенка, наличия чувства неполноценности. Наиболее неблагоприятным является расположение фигурки в нижних углах листа и изображенной в профиль (как бы стремящейся «убежать» с листа) – минус 3 балла.

Рисунок расположен в центре листа или чуть выше – 1 балл, рисунок очень большой, занимает практически весь лист – 2 балла, дополнительно к последнему еще и расположен анфас (лицом к нам) – 3 балла.

В соответствии с набранным числом баллов определяется отношение ребёнка к себе: адекватное позитивное отношение к себе –3–5 баллов. Если набрано больше баллов, то самооценка завышена, если баллов меньше – занижена, отрицательный результат (0 и меньше) – негативное отношение к себе, возможно, полное неприятие себя [26].

## 2.2. Анализ результатов констатирующего эксперимента

По методике «Лесенка» удалось получить следующие результаты, представленные ниже в табл. 1.

Таблица 1

Сводные данные самооценки детей старшего дошкольного возраста по методике «Лесенка» (в %)

| № п/п | Сильный – слабый | Умный – глупый | Хороший – плохой | Смелый – трусливый | Добрый – злой | Самый старательный – самый небрежный |
|-------|------------------|----------------|------------------|--------------------|---------------|--------------------------------------|
| 1     | 33               | 33             | 40               | 44                 | 52            | 48                                   |
| 2     | 37               | 30             | 18               | 22                 | 30            | 30                                   |
| 3     | 11               | 18             | 15               | 18                 | 3             | 3                                    |
| 4     | 3                | 0              | 0                | 0                  | 0             | 3                                    |
| 5     | 11               | 18             | 22               | 11                 | 15            | 18                                   |

Цифра в первом столбце означает ступени: 1 – самая высокая, 2 – высокая, 3 – средняя, 4 – нижняя, 5 – самая нижняя. Со 2-го по 7 столбцы общее число детей, которые поставили себя на конкретную ступень.

Среди детей, поставивших себя на самую высокую ступень, 52% (14 человек) выбрали качества «добрый – злой», 48% (13 человек) – «самый старательный – самый небрежный», «смелый – трусливый» 44% (12 детей), 40% (11 детей) – «хороший-плохой», по 33% (9 человек) – «сильный – слабый» и «умный – глупый».

Из всех детей, которые определили для себя вторую (высокую) ступень, 37% (10 человек) предпочли качества «сильный – слабый», по 30% (8 человек) – «умный – глупый», «добрый – злой», «самый старательный –

самый небрежный», 22% (6 человек) – «смелый – трусливый», 18% (5 человек) – «хороший – плохой».

Из тех детей, которые изобразили себя на третьей ступени, по 18% (5 человек) выбрали категории «умный – глупый» и «смелый – трусливый», 15% (4 человека) – «хороший – плохой», 11% (3 человека) – «сильный – слабый», по 3% (1 человек) – «добрый – злой» и «самый старательный – самый небрежный».

На четвёртой ступени всего лишь по 3% (1 человек) выбрали категории «сильный – слабый» и «самый старательный – самый небрежный».

Среди поставивших себя на пятую ступень детей 22% (6 человек) выбрали «хороший – плохой», по 18% (5 человек) – «умный – глупый» и «самый старательный – самый небрежный», 15% (4 человека) – «добрый – злой», по 11% (3 человека) – «сильный – слабый» и «смелый – трусливый».

Качественный анализ по данной методике представлен ниже на рис.1.

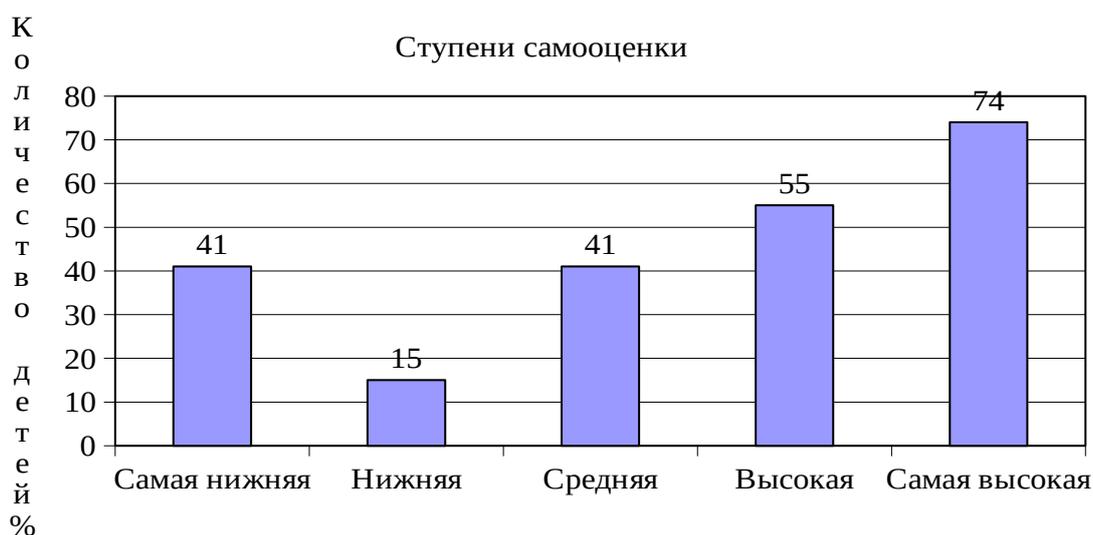


Рис. 1. Показатели в (%) ступеней самооценки по методике «Лесенка»

Из всех опрошенных детей 41% (11 человек) занимали самую нижнюю ступень, 15% (4 человека) – нижнюю ступень. Другие 41% (11 детей) выбрали среднюю ступень. На высокую ступень поставили себя 55% (15 человек). 74% (20 человек) выбрали самую высокую ступень.

В результате проведения методики выяснилось следующее. Большинство детей имеют самую высокую и высокую самооценку, что является нормой для данного возраста. Присутствуют дети со средней самооценкой. Однако, следует отметить, что в рассматриваемой группе находятся дети с самой низкой и низкой самооценкой. Кроме того, у большей части исследуемых детей обнаружена неустойчивость самооценки, т.е. часть детей в рисунках изобразила себя на самой верхней ступеньке и тут же на другой ступеньке, некоторые дошкольники в рисунках выбрали среднюю и низкую ступени.

Следующей использовалась методика «Какой я?». Результаты представлены ниже в табл. 2.

Таблица 2

Сводные данные оцениваемых качеств личности (в баллах)

| Порядковый № ребёнка | Оцениваемые качества личности |     |     |     |     |     |     |     |     |     | Количество баллов |
|----------------------|-------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------------|
|                      | х                             | д   | у   | а   | п   | вн  | в   | у   | т   | ч   |                   |
| 1                    | 1                             | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 0   | 0   | 3                 |
| 2                    | 0,5                           | 0,5 | 0,5 | 0   | 0   | 0,5 | 0   | 0,5 | 0,5 | 1   | 4                 |
| 3                    | 0                             | 0   | 0   | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 1   | 1   | 0   | 4                 |
| 4                    | 0                             | 0,5 | 0   | 1   | 0   | 0   | 0,5 | 0   | 0   | 0   | 2                 |
| 5                    | 1                             | 1   | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 9                 |
| 6                    | 0,5                           | 0,5 | 0   | 0   | 0   | 0   | 0,5 | 0,5 | 0   | 1   | 3                 |
| 7                    | 1                             | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 7                 |
| 8                    | 0                             | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 1   | 0,5 | 1   | 5                 |
| 9                    | 1                             | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 8                 |
| 10                   | 0                             | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 6                 |
| 11                   | 1                             | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 1   | 9                 |
| 12                   | 0                             | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 7                 |
| 13                   | 0,5                           | 0,5 | 1   | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 0   | 1   | 7                 |
| 14                   | 0                             | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 3                 |
| 15                   | 1                             | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 0   | 0   | 6                 |
| 16                   | 1                             | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 0   | 3                 |
| 17                   | 1                             | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 8                 |
| 18                   | 0                             | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 0   | 6                 |
| 19                   | 0,5                           | 0   | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 0   | 1   | 0   | 0,5 | 5                 |
| 20                   | 0                             | 0   | 0,5 | 0,5 | 0   | 0   | 0   | 0,5 | 0   | 0,5 | 2                 |
| 21                   | 0,5                           | 0,5 | 0,5 | 0   | 0,5 | 0   | 0,5 | 1   | 0,5 | 0   | 4                 |
| 22                   | 1                             | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 9                 |

| 1  | 2   | 3   | 4   | 5   | 6 | 7 | 8   | 9 | 10  | 11 | 12 |
|----|-----|-----|-----|-----|---|---|-----|---|-----|----|----|
| 23 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0,5 | 0 | 0,5 | 0  | 3  |
| 24 | 0   | 0   | 0   | 1   | 1 | 0 | 0   | 0 | 1   | 1  | 4  |
| 25 | 1   | 1   | 1   | 1   | 0 | 0 | 0   | 0 | 0   | 1  | 5  |
| 26 | 0   | 0   | 0   | 0   | 1 | 1 | 1   | 1 | 1   | 1  | 6  |
| 27 | 0   | 1   | 0   | 0   | 1 | 0 | 0   | 0 | 0   | 1  | 3  |

Примечание: \* х – хороший, д – добрый, у – умный и т.д.

Количественный анализ показал, что по 2 балла набрали 2 человека, по 3 балла – 6 человек, по 4 балла – 4 ребёнка, по 5 баллов – 3 ребёнка, по 6 баллов – 4 дошкольника, по 7 – 3 человека, по 8 баллов – 2 ребёнка, по 9 баллов – 3 дошкольника.

Для выявления уровней самооценки проводился качественный анализ, представленный ниже на рис. 2.

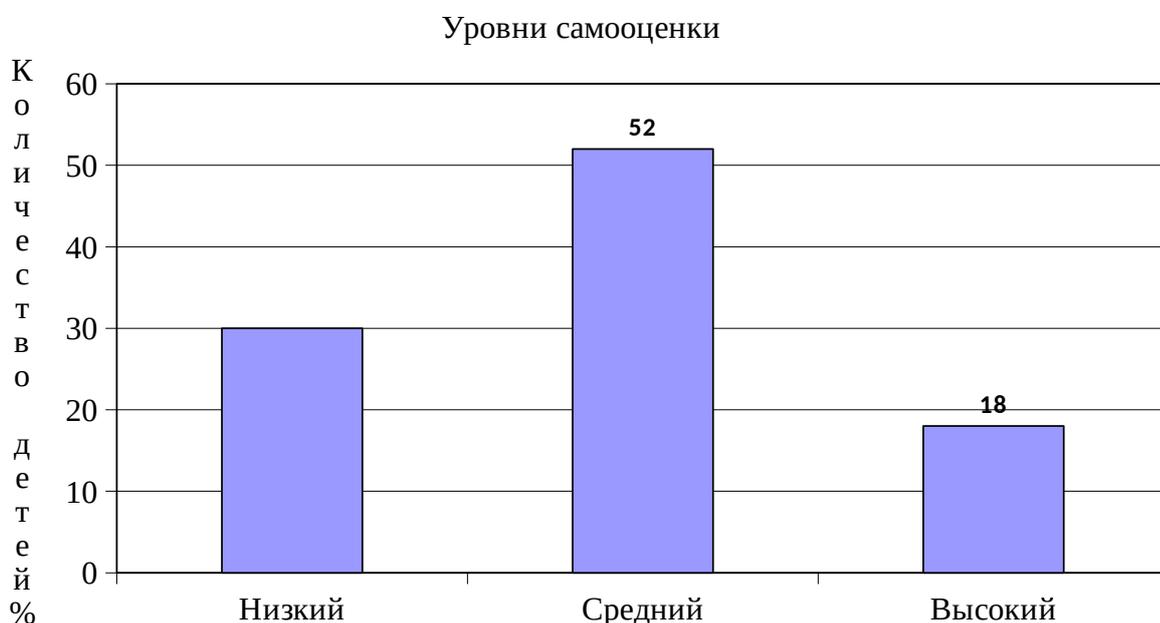


Рис. 2. Показатели (в %) уровней самооценки по методике «Какой я?»

У 30% (8 человек) выявлен низкий уровень самооценки, у 52% (14 человек) – средний уровень, у 18% (5 человек) – высокий.

С помощью данной методики удалось определить наличие у детей старшего дошкольного возраста всех уровней самооценки.

Последней применялась методика «Нарисуй себя», результаты которой рассмотрены ниже в табл. 3.

## Результаты методики «Нарисуй себя» (в баллах)

| Порядковый № ребёнка | Анализ «автопортрета» | Сопоставление «автопортрета» с рисунком «хорошего» и «плохого» ребёнка |
|----------------------|-----------------------|--|
| 1                    | 8                     | 1  |
| 2                    | 10                    | 2  |
| 3                    | 13                    | 5  |
| 4                    | 10                    | 2  |
| 5                    | 17                    | 6  |
| 6                    | 9                     | 1  |
| 7                    | 11                    | 4  |
| 8                    | 10                    | 2  |
| 9                    | 9                     | 2  |
| 10                   | 16                    | 6  |
| 11                   | 17                    | 6  |
| 12                   | 13                    | 5  |
| 13                   | 10                    | 2  |
| 14                   | 7                     | 1  |
| 15                   | 9                     | 2  |
| 16                   | 8                     | 2  |
| 17                   | 17                    | 7  |
| 18                   | 12                    | 5  |
| 19                   | 11                    | 6  |
| 20                   | 9                     | 2  |
| 21                   | 8                     | 4  |
| 22                   | 17                    | 7  |
| 23                   | 10                    | 1  |
| 24                   | 13                    | 3  |
| 25                   | 16                    | 2  |
| 26                   | 13                    | 1  |
| 27                   | 10                    | 2  |

В результате количественного анализа получилось установить следующее. Анализ «автопортрета»: у 26% (7 детей) – норма, у 74% (20 человек) – нет. Сопоставление «автопортрета» с рисунком «хорошего» и «плохого» ребёнка: 44% (12 человек) соотнесли с «хорошим» ребёнком, 56% (15 детей) – с «плохим».

Качественный анализ представлен ниже на рис. 3.

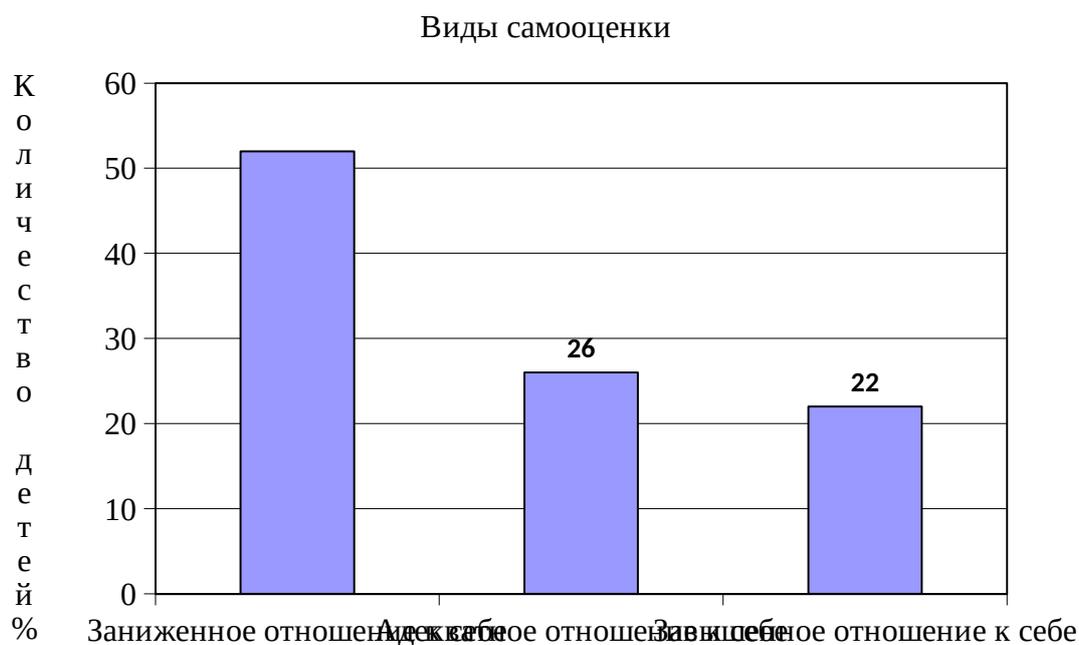


Рис. 3. Соотношение видов самооценки по результатам методики «Нарисуй себя»

Исходя из полученных данных, видно, что 52% (14 человек) имеют заниженное отношение к себе, 26% (7 детей) – адекватное позитивное отношение, остальные 22% (6 человек) – завышенное отношение.

В результате констатирующего эксперимента удалось установить, что в исследуемой группе у большинства детей старшего дошкольного возраста изначально была низкая самооценка, у части – заниженная. Процент дошкольников с адекватной самооценкой невысок. Довольно много детей имели завышенную самооценку, на что могли повлиять незнакомая ситуация, непривычный вид деятельности, не способность детей правильно оценить себя. К тому же большая часть дошкольников негативно относится к себе. Причиной этого, возможно, являются неприятие себя либо же депрессивное состояние ребёнка. Часть дошкольников наоборот переоценивают себя, что является вполне нормальным для этого возраста. Кроме того, выявлена неустойчивость самооценки детей старшего

дошкольного возраста, что может быть связана с текущим становлением рассматриваемого компонента личности.

### **2.3. Программа интерактивных занятий и игр «В игре я совершенствуюсь!»**

На основе полученных выше результатов мы разработали программу интерактивных занятий и игр, нацеленных на развитие особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста «В игре я совершенствуюсь!» В основу разработки положены «Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи» под авторством Н.А. Непомнящей, методическая разработка А. Чуприковой «Занятия по снижению агрессивных проявлений у детей дошкольного возраста "Уроки добра"», а также комплексы интерактивных игр К. Фопеля и О.В. Поляковой.

Цель: развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста с помощью интерактивных игр.

Задачи:

- способствовать снижению эмоционального дискомфорта;
- формировать навыки конструктивного общения;
- формировать позитивное и критическое отношение к себе и сверстникам.

Ожидаемые результаты:

- дети имеют положительное эмоционально-ценностное отношение к себе и средний адекватный уровень самооценки;
- критически относятся к себе и сверстникам;
- меньше конфликтуют.

Программа состоит из двух частей: I – основная «Планирование занятий», II – вариативная «Примеры интерактивных игр».

Длительность занятий – 40 минут. Для получения более высоких результатов следует проводить именно в точно таком же порядке с периодичностью 2 занятия в неделю.

Структура занятий представлена следующим образом.

1. Приветствие. Задача: создать атмосферу группового доверия и принятия, сплотить группу детей.
2. Разминка. Задача: замотивировать на групповую работу; улучшить эмоциональный настрой детей.
3. Основное содержание занятия. Задача: совершенствование когнитивной сферы; расширение социальных навыков.
4. Ритуал прощания. Задача: рефлексия [30].

Интерактивные игры можно использовать в любое время. Структура игры следующая: цель; инструкция; вопросы для обсуждения.

Темы занятий представлены в табл. 4.

Таблица 4

#### Тематический план

| № | Тема занятия            | Цель  | Содержание занятий  |
|---|-------------------------|---|---|
| 1 | Что я знаю о себе?      | развитие способности понимать и выражать своё эмоциональное состояние   | Приветствие «Эхо»<br>Разминка «Мешочек гнева»<br>Игра «Мое имя»<br>Игра «Что я люблю делать?»<br>Прощание «Солнечные лучики»                    |
| 2 | Как прекрасен этот мир? | развитие способности видеть различные состояния, чувства, эмоции        | Приветствие «Эхо»<br>Разминка «Мешочек гнева»<br>Игра «Глаза в глаза»<br>Игра «Отдам тебе то, что есть у меня»<br>Прощание «Солнечные лучики»   |
| 3 | Мои чувства             | формирование навыка осознавать свои и замечать чужие чувства и ощущения | Приветствие «Эхо»<br>Разминка «Мне в себе нравится, мне в тебе нравится...»<br>Игра «Зайчики»<br>Игра «Дракон»<br>Упражнение «Солнечные лучики» |
| 4 | Я больше не боюсь!      | формирование способности контролировать свои                            | Приветствие «Эхо»<br>Разминка «Мне в себе нравится, мне в тебе нравится...»   |

| 1 | 2                                       | 3  | 4   |
|---|---|--|---|
|   |   | эмоции, действия и поступки  | Игра «Горячая картошка»<br>Игра «Слепой и поводырь»<br>Прощание «Солнечные лучики»  |
| 5 | Как я ощущаю себя в группе?             | осознание своего положения в группе сверстников                          | Приветствие «Доброе животное»<br>Разминка «Друг к дружке»<br>Игра «Моё личное место»<br>Игра «Стон королевы»<br>Прощание «Эстафета дружбы»            |
| 6 | Вместе тесно, а врозь скучно            | обучение детей адекватным способам и приемам выражения негативных эмоций | Приветствие «Доброе животное»<br>Разминка Игра «Друг к дружке»<br>Игра «Попроси игрушку»<br>Игра «Маленькое привидение»<br>Прощание «Эстафета дружбы» |
| 7 | Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями | формирование понимания значимости друзей                                 | Приветствие «Доброе животное»<br>Разминка «Аплодисменты по кругу»<br>Игра «Иванушка-дурачок»<br>Игра «Скульптуры»                                     |

### ***I. Основная часть «Планирование занятий»***

#### **Занятие 1. «Что я знаю о себе?»**

Цель: развитие способности понимать и выражать своё эмоциональное состояние.

Задачи:

- снизить эмоциональное напряжение;
- создать положительное настроение и атмосферу принятия каждого;
- снятие мышечных зажимов.

##### 1. Приветствие «Эхо».

Инструкция: «Сейчас каждый из нас по очереди проговорит и прохлопает свое имя (например, Та-ня). А мы, как эхо, его повторим. Всё понятно? Приступаем».

##### 2. Разминка «Мешочек гнева».

Инструкция: «У меня в руках тряпичный мешочек. Сейчас каждый из нас опустит в него свои «обиды» (то, что сегодня тебя расстроило, злит или беспокоит: «утром упал пока шел в садик», «мне грустно», «я злюсь, потому

что меня заставили есть кашу» и т.п.). Мешочек передаём по кругу. Всё ясно?» (после ответа каждого ребёнка говорю ему спасибо).

Вопросы для обсуждения: трудно ли было вам выполнять это упражнение? Отчего? [37].

### 3. Игра «Мое имя».

Инструкция: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имена у вас маленькое. Когда вы подрастаете и пойдете в школу, имя подрастет вместе с вами и станет полным, например: Ваня – Иван, Маша – Мария. Нравится ли каждому из вас свои имена? Хотели бы вы, чтобы вас звали по-другому? Как?».

### 4. Игра «Что я люблю делать?».

Инструкция: «Сейчас один из нас выберет что-то, что он очень любит делать, и начнет без слов показывать нам это. Все остальные внимательно смотрят, что делает выступающий, и пытаются угадать, что он хочет сказать нам, но сами пока ничего не говорят. Как только выступающий завершит свою пантомиму, поблагодарив нас за внимание, мы можем начать высказывать наши догадки. После того, как все желающие выскажутся, мы сможем спросить выступавшего, есть ли среди нас те, кто понял его правильно. После обсуждения будет выступать следующий. Я буду первой выступающей».

Вопросы для обсуждения: Чьи рассказы оказались тебе наиболее понятны? Чем они любят заниматься? Как зовут ребят, которые любят выполнять тоже, что и ты? Что было наиболее трудным: объяснять что-либо без слов или отгадывать?» [8].

5. Прощание. Упражнение «Солнечные лучики». Вытяните руки вперед и соедините их в центре круга. Поймите так. Попробуйте почувствовать себя теплым солнечным лучиком [30].

## **Занятие 2. «Как прекрасен этот мир?»**

Цель: развитие способности видеть различные состояния, чувства, эмоции.

Задачи:

- снизить эмоциональное напряжение;
- развивать чувство эмпатии, доброжелательности;
- попытаться сделать себе и другому человеку приятное.

1. Приветствие «Эхо».

2. Разминка «Мешочек гнева».

Инструкция: «У меня в руках тряпичный мешочек. Сейчас каждый из нас опустит в него свои «обиды» (то, что сегодня тебя расстроило, злит или беспокоит: «утром упал пока шел в садик», «мне грустно», «я злюсь, потому что меня заставили есть кашу» и т.п.). Мешочек передаём по кругу. Всё ясно?» (после ответа каждого ребёнка говорю ему спасибо).

Вопросы для обсуждения: легче ли вам было выполнить это упражнение сегодня? [37].

3. Игра «Глаза в глаза».

Инструкция: «Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом по парте. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: "я грущу", "мне весело", "давай играть", "я рассержен", "не хочу ни с кем разговаривать" и т.д.».

Вопросы для обсуждения: какие состояния вы заметили друг друга? Какие легко было отгадывать? Какие сложно? [28].

4. Игра «Отдам тебе то, что есть у меня».

Инструкция: «Разбейтесь на группы от 4 до 6 человек. Пусть каждая группа образует свой круг. Один из вас начинает игру словами, например: "Тебе, Настя, отдам то, что есть у меня..." Произнося эти слова, этот ребёнок делает вид, что держит что-то в руках, подходит к Клаве и передает ей это. Клава, в свою очередь, "принимает подарок" обеими руками. Неважно, что это за подарок. Достаточно, если вы поймете, какого он примерно размера, хрупкий он или крепкий, легкий или тяжелый. После этого Клава должна решить, кому бы она хотела сделать подарок, и "передает" его с теми же

словами: "Тебе, Олег, дам то, что есть у меня". Игра заканчивается, когда каждый получит хотя бы один подарок» [8].

Вопросы для обсуждения: Ты узнал, какой это подарок? Что тебе понравилось больше: дарить или получать подарки?

5. Прощание «Солнечные лучики» [30].

### **Занятие 3. «Мои чувства»**

Цель: формирование навыка осознавать свои и замечать чужие чувства и ощущения.

Задачи:

- дать возможность испытать и различать разнообразные ощущения;
- развивать умение видеть и называть в себе и своих товарищах

положительные стороны;

- помочь обрести уверенность и почувствовать себя частью группы.

1. Приветствие «Эхо» [37].

2. Разминка «Мне в себе нравится, мне в тебе нравится...».

Инструкция: «Ребята, садимся в круг. Я кидаю одному из вас мяч и говорю: «Мне в себе нравится... (например, улыбка, умение дружно играть и т. д.). Мне в тебе нравится...». Ребенок ловит мяч и бросает его другому ребенку со словами «Мне в себе нравится...» и «Мне в тебе нравится» и т.д. Мяч передаём каждому по очереди».

Вопросы для обсуждения: легко ли вам было выполнять это упражнение? Что именно оказалось трудным? [31].

3. Игра «Зайчики».

Инструкция: «Представьте себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Как сильно зайчики стучат на барабанах! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся! Как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, ручках, даже в плечиках?! А вот лицо нет! Лицо улыбается, свободное, расслабленное. И животик расслаблен. Дышит... А

кулачки напряженно стучат!.. А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить все ощущения».

Вопросы для обсуждения: что вы испытывали в ходе игры? Что было сделать труднее всего?

#### 4. Игра «Дракон».

Инструкция: «Встаём в линию, держась за плечи друг друга. Рассчитываемся на «первый – второй». Первый участник – "голова", последний – "хвост". "Голова" должна дотянуться до "хвоста" и дотронуться до него. "Тело" дракона неразрывно. Как только "голова" схватила "хвост", она становится "хвостом". Затем вы меняетесь».

Вопросы для обсуждения: какой «частью дракона» вам было удобнее себя чувствовать? Что испытывали в игре? [14].

#### 5. Прощание. Упражнение «Солнечные лучики» [30].

### **Занятие 4. «Я больше не боюсь!»**

*Цель:* формирование способности контролировать свои эмоции, действия и поступки.

*Задачи:*

- снять эмоциональное напряжение;
- снятие речевых и мышечных зажимов;
- тренировка психомоторных функций.

#### 1. Приветствие «Эхо» [37].

#### 2. Разминка «Мне в себе нравится, мне в тебе нравится...».

Инструкция: «Ребята, садимся в круг. Я кидаю одному из вас мяч и говорю: «Мне в себе нравится... (например, улыбка, умение дружно играть и т. д.). Мне в тебе нравится...». Ребенок ловит мяч и бросает его другому ребенку со словами «Мне в себе нравится...» и «Мне в тебе нравится» и т.д. Мяч передаём каждому по очереди».

Вопросы для обсуждения: трудно ли вам было выполнять это упражнение сегодня?

### 3. Игра «Горячая картошка».

Инструкция: «Сядьте на пол в круг. У меня для нашей игры приготовлена картофелина. Но она — особенная. Теперь вам надо представить, что эта картофелина очень горячая. Поэтому мы должны передавать ее друг другу очень-очень быстро. Если она у кого-то в руках задержится, то мы все представим, что он обжег пальцы. И что тогда? Еще у нас в игре есть стоп-часы. Это один из вас, кто сидит за кругом к нам спиной и время от времени кричит «Стоп!», когда захочет. Если мы услышали «Стоп!», картошку передавать нельзя, она остается у кого-то в руках, и он «обжигается» (Интервал для стоп-часов должен быть от 30 до 60 секунд.) Ай-яй-яй! Для него это настоящая беда. Но, к счастью, мы можем его утешить. Те, кто сидит рядом, обнимут его за плечи и мягко покачают пару раз из стороны в сторону, пока ребенок с картошкой не скажет: «Дальше». И снова быстро-быстро передаем картошку из рук в руки, пока стоп-часы снова не закричат «Стоп!»».

Вопросы для обсуждения: что вам было легче сделать передавать картошку и представлять, что он обжётся? Что ты испытывал, когда тебе помогали? [8].

### 4. Игра «Слепой и поводырь».

Инструкция: «Рассчитайтесь на первый – второй. Первые номера представьте, что вы «слепой», вторые – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. «Слепому» я завяжу глаза. Цель «поводыря» – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. Затем меняетесь местами».

Вопросы для обсуждения: Было ли им уютно в своих ролях? Что хотелось сделать во время игры? Было ли страшно, если «нет», то почему?

### 5. Прощание «Солнечные лучики» [30].

## **Занятие 5. «Как я ощущаю себя в группе?»**

Цель: осознание своего положения в группе сверстников.

Задачи:

- дать возможность почувствовать своё тело и идентифицировать различные его части;
- помочь каждому ребёнку найти удобное для него место в группе;
- помочь детям выяснить, в какой обстановке (шумной или тихой) им удобнее взаимодействовать.

1. Приветствие «Доброе животное».

Дети строятся круг и берутся за руки. Психолог тихим голосом говорит: «Закрываем глаза. Мы – одно большое доброе животное. Слушаем его дыхание!» Играющие слушают собственное дыхание и остальных. «А теперь послушаем вместе!» Вдох – все делают шаг вперед, выдох – шаг назад. «Как дышит это животное, так же спокойно бьется его большое доброе сердце». Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. [20].

2. Разминка «Друг к дружке».

Инструкция: «Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Вы покажете мне, насколько внимательно меня слушаете и насколько быстро можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно пять секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку... А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро "примёрзнуть" друг к другу: правая рука к правой руке, нос к носу, спина к спине.

Ну, что ж, это вы смогли сделать быстро. А теперь запомните, пожалуйста, следующее. Каждый раз, когда я крикну: "Друг к дружке!", вам нужно будет быстро-быстро найти себе нового партнера и пожать ему руку. А после этого я снова буду называть части тела, которыми вы должны будете дотрагиваться друг до друга. Итак: "Друг к дружке! Ухо к уху! Бедро к бедру! Пятка к пятке! ".

Вопросы для обсуждения: Легко ли тебе было действовать столь быстро? Были ли названы такие части тела, которые ты не сразу понял?

3. Игра «Моё личное место».

Инструкция: Начните ходить по группе в поисках такого места, которое вам нравится. Не спешите, постарайтесь выбрать себе приятное местечко не очень близко к другим детям. Твое место находится там, где ты сейчас стоишь. Место, на котором ты сейчас находишься, и есть твое личное место. Никто другой не может находиться на этом месте. Пол под твоими ногами сейчас становится частью тебя, образуя прекрасное, уютное местечко. Сядь на пол. Когда ты садишься, тебе нужно чуть больше места, чтобы удобно разместиться, и все это – тоже твое личное место. Попробуй использовать его, ведь оно принадлежит тебе. Почувствуй почву под ногами. Уютное местечко для симпатичного ребенка...

Теперь вытяни руку и нарисуй воображаемый круг вокруг твоего личного места. Сделай его таким большим, как ты хочешь. При этом обрати внимание на то, чтобы, находясь в центре круга, ты мог дотянуться рукой до любой его части. Вся территория, до которой ты можешь свободно дотянуться, принадлежит тебе...

Быть может, ты захочешь обнести свое место небольшой стеной. Для этого тебе достаточно прикоснуться к полу и мысленно вытянуть из него стену, как рыбку из пруда. (Продемонстрируйте детям это движение). Ты можешь построить эту стену такой высоты, чтобы никто тебя не видел за ней. Проследи за тем, чтобы она плотно облежала тебя со всех сторон. Теперь у тебя есть только твое совершенно секретное и личное помещение...

Возможно, сейчас ты захочешь сделать в своей стене окошко, чтобы выглядывать наружу. Своему окошку я придам форму сердечка. (Покажите, что вы как будто прорезаете окно в своей воображаемой стене). А как будет выглядеть твое окно?

Кому из вас нравится место, в котором вы находитесь? Сейчас я громко выкрикну: "Поменяйтесь местами!" И каждый должен будет выбежать из своего места и перейти на место другого. Итак, поменяйтесь местами! Все заняли новые места? Нравится ли вам оно также, как и прежде?

Хорошо. А теперь снова поменяйтесь местами и вернитесь каждый на свое собственное место назад. Как вы чувствуете себя здесь? Старое место вам нравится больше нового? Снова сядьте на пол и подумайте минутку, как вы себя чувствуете, когда у вас есть свое личное место...

А теперь аккуратно "сложите и упакуйте" свое личное место и положите его рядом с собой. Возвращайтесь на свои места в группе.

Вопросы для обсуждения: Где в группе твое любимое место? Хочешь ли ты время от времени менять его? Где тебе больше нравится – на улице или где-то в укромном месте? Достаточно ли в этой группе мест для того, чтобы пошептаться, поговорить со своими мягкими игрушками, поиграть "в секретки" или что-нибудь спрятать? [8].

#### 4. Игра «Стон королевы».

Инструкция: «У нас в группе есть Королева (Король). Королева садится в центре класса на стул, а все остальные садятся на пол по одну сторону от нее. Вам нужно будет по очереди один за другим перейти на противоположную сторону так, чтобы Королева не застонала. У Королевы страшная мигрень, поэтому она очень громко стонет от каждого звука, даже очень тихого. Постоянно один из вас должен перемещаться на противоположную сторону. Если Королева услышит кого-нибудь из вас и застонет, то этому человеку придется вернуться на свое прежнее место. На Королеву мы наденем платок так, чтобы никто не смог обвинить ее в подглядывании».

Вопросы для обсуждения: Как ты чувствовал себя, когда тебя обнаружили? Когда тебе мешает шум в группе, а когда не мешает? Ты хотел бы быть Королём в этой игре? [13].

#### 5. Прощание «Эстафета дружбы».

Инструкция: «Я передаю вам свою дружбу, и она идёт от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет» [31].

## Занятие 6. «Вместе тесно, а врозь скучно»

Цель: обучение детей адекватным способам и приемам выражения негативных эмоций

Задачи:

- закрепить умение почувствовать своё тело и идентифицировать различные его части;
  - выявить варианты конструктивного общения;
  - показать способы выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.
1. Приветствие «Доброе животное» [20].
  2. Разминка «Друг к дружке».

Инструкция: «Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Вы покажете мне, насколько внимательно вы меня слушаете и насколько быстро вы можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно пять секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку... А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро "примёрзнуть" друг к другу: правая рука к правой руке, нос к носу, спина к спине, ухо к уху».

Вопросы для обсуждения: Легче ли тебе было действовать сегодня? [8].

3. Игра «Попроси игрушку (вербальный вариант)».

Инструкция: «Сейчас мы разделимся на пары. Один из вас в паре (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Например: "Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать". Например: "Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали". Затем вы меняетесь».

Вопросы для обсуждения: что тебе было легче сделать? С чем это может быть связано? [14].

#### 4. Игра «Маленькое привидение».

Инструкция: «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение: (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук "У". Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить "У", если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить". Затем педагог хлопает в ладоши: "Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!» [8].

#### 5. Прощание «Эстафета дружбы» [31].

### **Занятие 7. «Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями много»**

Цель: формирование понимания значимости друзей.

Задачи:

- предоставить каждому ребёнку возможность почувствовать себя признанным;
- показать способ поддерживать себя в ситуации обиды;
- развивать навыки невербального общения.

#### 1. Приветствие «Доброе животное» [20].

#### 2. Разминка «Аплодисменты по кругу».

Инструкция: «У нас очень хорошая группа, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я хочу предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Игра проходит следующим образом. Вы становитесь в общий круг. Один из вас начинает: он подходит к кому-нибудь из учеников, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего ученика, который также получает свою порцию

аплодисментов – они оба подходят к нему, встают перед ним и аплодируют ему. Затем уже вся тройка выбирает следующего претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, имеет право выбирать следующего. Таким образом, игра продолжается, а овации становятся все громче и громче».

Вопросы для обсуждения: в какой ситуации тебе было приятнее, комфортнее (когда тебе хлопали или когда ты хлопал)? [8].

### 3. Игра «Иванушка-дурачок».

Инструкция: «Иногда нам приходится сталкиваться с тем, что другие не хотят с нами общаться. В таких случаях нам может помочь наша фантазия. С ее помощью мы можем сохранить хорошее отношение к самим себе. И я сейчас покажу вам, как это можно сделать. Сядь, пожалуйста, поудобнее и закрой глаза. Представь себе, что тыходишь к группе играющих детей, чтобы попроситься поиграть с ними. А эти дети кричат тебе: "Уходи, дурачок, отсюда!" Тогда ты принимаешь решение поймать этих ребят на слове. Представь себе, как маленький Иванушка-дурачок из сказки постепенно становится веселым и сильным добрым молодцем. Ты можешь представить себе Иванушку – дурачка из сказки про Василису Прекрасную, про Серого волка или из сказки про Конька-горбунка. Представь себе, что дети продолжают играть между собой, повернувшись к тебе спиной. Пусть твой Иванушка-дурачок становится все больше, сильнее и могущественнее. На нем появляются настоящие богатырские доспехи, на которых огромными золотыми буквами написано твое имя. Теперь ты можешь увидеть, как дети поворачиваются к тебе и застывают в сильном изумлении и легком испуге, ведь "маленький дурачок" превратился в такого большого и бравого молодца. Это настоящий богатырь, самый большой из тех, кого они когда-либо видели в своей жизни. И теперь представь себе, что этот богатырь и есть ты. И ты можешь произвести на детей еще большее впечатление, превратив свои доспехи в золотые. Послушай, как громко восхищаются дети "Ах! Ох! Вот это да!" Они подходят и спрашивают: "А можно к тебе прикоснуться? А

можно потрогать твой меч-кладенец? А можно поиграть с тобой?" И ты понимаешь при этом, что они восхищаются тобой и мечтают просто постоять рядом с тобой. (15 секунд.) А теперь ты снова можешь стать самим собой и надолго сохранить в своей памяти образ этого богатыря – Иванушки – дурачка! Постарайся почувствовать удовлетворение от того, что тебе, в конце концов, удалось получить признание и интерес. Скажи самому себе: "Я важный и интересный человек!" А теперь потянись, попеременно напрягая и расслабляя все мышцы, и открой глаза...».

Вопросы для обсуждения: Как ты чувствуешь себя, когда окружающие восхищаются тобой? Почему так важно хорошо думать о самом себе? Что означает быть чутким и внимательным к другому? [13].

#### 4. Игра «Скульптуры».

Инструкция: «Я хочу предложить вам игру, правила которой не так-то просто объяснить. Зато я могу показать вам, как в нее играют. Возьмите, пожалуйста, каждый по спичке... Один из вас начинает игру: он кладет спичку посреди комнаты на пол. Второй кладет свою спичку рядом с предыдущей так, чтобы они соприкасалась друг с другом. Третья спичка должна касаться одной из ранее положенных. Игра так и продолжается до тех пор, пока не будут выложены на пол все спички. Может быть, вам захочется расположить спички так, чтобы из них получилась какая-нибудь картина, скульптура и т.д. Большое спасибо, вы мне очень помогли. Теперь мне гораздо проще объяснить вам суть игры. Сейчас мы уберем спички в сторону, а вместо них нужно будет использовать самих себя. Вам нужно будет выложить на полу подобную скульптуру из самих себя, при этом каждый из вас должен касаться хотя бы кого-нибудь из группы. Решите сами, куда вам ложиться и как расположить в пространстве свои руки и ноги. Теперь, пожалуйста, постарайтесь, как можно точнее запомнить эту картину, четко зафиксируй ее в памяти, в каком месте вы лежали, кто и в какой позе лежал рядом с вами. Для этого у вас есть еще одна минута... А теперь

встаньте, пожалуйста, пройдите по группе и снова займите то же самое положение, в котором вы находились только что».

Вопросы для обсуждения: В каком месте скульптуры ты лежал – в середине или с краю? Тебе приятнее было, когда ты находился один или в окружении других детей? При этом что ты говорил? [8].

5. Прощание «Эстафета дружбы» [31].

## ***II. Вариативная часть «Примеры интерактивных игр»***

### **«Паутина»**

Цель: знакомство, предоставление возможности занять место в группе.

Инструкция: «Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас сейчас есть возможность нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Может быть, кто-нибудь из вас захочет рассказать о своей любимой игрушке, о том, что у него лучше всего получается, или о том, чем он любит заниматься в свое свободное время. У вас есть минута, чтобы подумать, что вы хотите рассказать нам о себе... (Возьмите клубок в руки и начните игру сами.) Меня зовут Анна Александровна, и я очень люблю танцевать...(Зажмите свободный конец нити в руке и киньте клубок ребенку, сидящему напротив.) Если ты хочешь, ты можешь назвать нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Если ты не хочешь говорить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему. Таким образом, клубок передается дальше и дальше, пока все дети не окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины.

А теперь будем распускать паутину. Для этого каждый ребенок должен возвращать клубок предыдущему, называя его по имени и, может быть, пересказывая его рассказ о себе. Так продолжается до тех пор, пока клубок не вернется ко мне обратно».

Вопросы для обсуждения: Как ты чувствуешь себя сейчас? Трудно ли тебе было запоминать имена? Чьи рассказы тебя заинтересовали больше всего? Кто в группе вызывает у тебя любопытство? [8].

## «Я уникальный!»

Цель: подчеркнуть уникальность и значимость каждого ребенка.

Инструкция: «Ты знаешь о том, что в самой-самой глубине каждого из нас скрывается неповторимая и чудесная звезда? Эта звезда отличает нас от всех остальных людей. Ведь у каждого из нас звезда своя собственная. Некоторые звезды отличаются друг от друга по цвету, некоторые – по величине. Но каждый из нас несет в своей душе эту звезду, которая и делает его уникальным и неповторимым человеком. Давай разыщем твою собственную звезду. Может быть, эта особенная звезда находится в твоей голове. Возможно, она скрывается в твоём сердце, в животе или где-то еще. Как только ты обнаружишь свою чудесную звезду, тихонько подними руку. Подождите, пока дети подадут вам сигнал о том, что нашли свою чудесную звезду. Прекрасно! Ты нашел свою звезду. Посмотри на нее повнимательнее. Какого она цвета? Какого размера? А теперь представь себе, какое счастливое и довольное лицо у твоей звезды. Ты видишь широкую улыбку на всем ее лице? А, может быть, ты видишь тихую и маленькую улыбку? Когда ты разглядишь улыбку на лице своей звезды, снова тихонько подними руку. Подождите, пока все дети не подадут этот сигнал. Твоя звезда смеется или улыбается, потому что она знает одну большую и важную тайну. (Начните говорить более тихим и проникновенным голосом.) Осторожно возьми свою звезду на руки, поднеси ее к уху и внимательно послушай, что она хочет сказать тебе. Пусть она расскажет тебе, благодаря чему ты такой уникальный и неповторимый человек. После того, как ты внимательно выслушаешь все, что скажет тебе твоя звезда, снова тихонько подними руку. Снова дождитесь, когда все дети подадут сигнал. Теперь ты знаешь, почему ты такой уникальный и неповторимый человек. Теперь аккуратно погрузи свою звезду глубоко – глубоко на дно твоей души, туда, где ты и разыскал ее. Теперь она всегда будет напоминать тебе о твоей неповторимости и особенностях. Тихо-тихо скажи самому себе: "Я уникальный и неповторимый человек!" А теперь ты можешь потянуться, поочередно напрягая и расслабляя все мышцы твоего

тела. Попрощайся со своей звездой и постепенно открой глаза. Посмотри на всех окружающих тебя детей в группе и возвращайся к нам.

Вопросы для обсуждения: Где ты нашел свою особую звезду? Как её зовут? Она нравится тебе? Что она сказала тебе? Теперь ты веришь в свою уникальность и особенность? – Как ты себя сейчас чувствуешь? Хочешь ли ты время от времени слышать от других людей о том, что ты уникальный, особенный человек? [13].

### **«Приветствие»**

Цель: используя разнообразные формы приветствия, устанавливать физический контакт друг с другом.

Инструкция: «Я хочу поговорить с вами о том, как обычно приветствуют друг друга люди. Кто из вас может продемонстрировать типичное русское рукопожатие? А кто знает другой способ приветствовать друг друга? Я хотела бы, чтобы вы сейчас придумали смешное приветствие, которые мы будем использовать в ближайшее время. Это приветствие должно стать отличительным знаком нашей группы. Сначала выберите себе партнера. Вам предоставляется три минуты, чтобы изобрести с ним или с ней новый, как можно более необычный, способ приветствия. Это приветствие должно быть достаточно простым, чтобы мы все легко смогли бы его запомнить, но при этом – достаточно смешным, чтобы нам было весело приветствовать друг друга именно таким способом. Теперь пусть каждая пара покажет придуманное ей приветствие. Нам необходимо выбрать то, которое мы будем с вами использовать на следующей неделе. Я приготовила жребии, и один из вас должен вытянуть бумажку с именами той пары, чье приветствие мы сейчас и выберем. После жребия эта пара еще раз покажет нам свое приветствие, чтобы мы смогли его хорошо запомнить».

Вопросы для обсуждения: Как приветствуют друг друга ребята нашего группы, когда собираются утром? В чем преимущество шуточного

приветствия? Какой способ приветствия тебе показался самым смешным? [8].

### **«Объятие»**

Цель: предоставление возможности физически выражать свои положительные чувства.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас еще помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое хорошее отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу, чтобы вы выразили свои дружеские чувства друг другу, обнимая их. Быть может, будет такой день, когда кто-нибудь из вас не захочет, чтобы его обнимали. Тогда дайте нам знать, что вы хотите пока просто посмотреть, но не участвовать в игре. Тогда все остальные не будут трогать этого ребенка. Я начну с легкого, совсем маленького объятия и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское. Проверьте, хочет ли сидящий рядом с вами ребенок участвовать в упражнении. Вы можете определить это по некоторым признакам. Но иногда вы можете спрашивать его открыто: "Хочешь ли ты, чтобы я обняла тебя?" Таким образом, дружеское объятие передается по кругу, пока не вернется к Вам. Мы надеемся, что, дойдя до Вас, оно станет более крепким и будет сделано с большим энтузиазмом.

Вопросы для обсуждения: Почему хорошо обнимать других детей? Как ты себя чувствуешь, когда другой ребенок тебя обнимает? Берут ли тебя дома на руки? Часто ли это бывает? [13].

### **«Мик и Мак»**

Цель: развитие чувство юмора и более гибкого отношения к жизни.

Инструкция: «Сегодня я принесла двух новых животных. Они останутся у нас, и время от времени будут разговаривать с вами. Этих зверюшек зовут Мик и Мак, и они оба хотят с вами познакомиться. Я же могу добавить от себя лишь то, что, несмотря на внешнее сходство, они

очень сильно отличаются друг от друга. Вы можете провести интервью с ними обоими. Каждый из вас по очереди может задавать вопрос или Мику, или Маку, а они с моей помощью будут вам отвечать».

Вопросы для обсуждения: Чем вам нравятся Мик и Мак? Что вам нравится, а что не нравится в Мике? Что вам нравится, а что не нравится в Маке? Какие мысли приходят вам в голову, когда вы думаете об обоих животных? На кого ты больше похож – на Мика, Мака или на них обоих сразу? [28].

### «Машины»

Цель: пробуждение положительных эмоций, стремление к сплочённости группы.

Инструкция: «Вы можете представить машину, составленную из вас самих? Вначале игры каждый сам по себе должен быть просто человеком-машиной. Превратитесь в маленьких роботов. Побудьте старой моделью, которая передвигается резкими толчками и движениями. Возможно, время от времени ваш механизм функционирует недостаточно точно, что-то заедает, тогда "робот" останавливается и начинает двигаться слишком медленно или, наоборот, слишком быстро...

Теперь разбейтесь на пары. Можете ли вы вместе стать единой стиральной машиной? Как вы будете двигаться? Что вы делаете при предварительной стирке? Как вы ведете себя при полоскании?

Теперь соберитесь в четверки. Теперь вы сами можете выбрать, какой машиной вы станете. Вы можете стать такими машинами, какие существуют на самом деле. А если захотите, можете придумать такую машину, какой и не существует вовсе.

Когда вы выберете, какой машиной вы хотите стать, "запустите" ее для пробы. А другие дети должны будут угадать, что за машину вы придумали (5–10 минут). Пусть все команды по очереди покажут свои машины.

А теперь вы все вместе можете составить одну общую машину, которая будет двигаться и издавать звуки. Каждый из вас станет частью этой машины. В этот раз нам не нужно знать заранее, для чего данная машина существует. Это должен быть некий фантастический аппарат, которого никогда раньше не существовало. Первые из вас могут начать строить эту чудо-машину, а остальные пусть присоединяются сразу, как только найдут подходящее для себя место. Помните о том, что все составные части машины должны быть связаны друг с другом».

Вопросы для обсуждения: Что тебе больше нравится – быть самостоятельной машиной или быть частью одной большой машины? Какая "машина" тебе понравилась больше всего? Что еще вы можете из себя сделать?

#### **«Похлопывающий массаж»**

Цель: показать, что можно сделать приятный массаж другому ребенку с помощью легких ударов мягкой стороной ладони.

Инструкция: «Я предлагаю вам веселую и освежающую игру-разминку. Разбейтесь, пожалуйста, на пары и выберите, кто будет Первым номером, а кто – Вторым. Первые номера должны встать на колени, наклониться вперед и положить голову на ладони перед собой. А Вторые номера должны встать сбоку от Первых на колени и начать мягко постукивать пальцами по спине своего партнера. Это постукивание на слух должно быть похожим на легкий цокот копыт лошади, бегущей трусцой. Начинайте такое похлопывание от плеч и постепенно переходите по всей спине до пояса. Постукивать нужно поочередно то правой, то левой рукой. А теперь, пожалуйста, поменяйтесь ролями.

Вопросы для обсуждения: Как ты себя теперь чувствуешь? Что тебе больше понравилось – когда делали массаж тебе, или когда делал массаж ты? Знаешь ли ты другие формы массажа? [8].

**«Да и нет»**

Цель: трансформация накопленного напряжения, агрессии и апатии в готовность к общению и взаимную внимательность.

Инструкция: «Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Решите, кто в вашей паре хочет говорить «Да», а кто – «Нет». Один из вас начинает игру, произнеся слово «Да». Второй сразу же отвечает ему: «Нет». Тогда первый снова говорит: «Да!», может быть, чуть-чуть громче, чем в первый раз, а второй опять отвечает ему: «Нет!», и тоже слегка сильнее. Каждый из вас должен произносить только то слово, которое он выбрал с самого начала: или «Да», или «Нет». Но вы можете по-разному его произносить: тихо или громко, нежно или грубо. Если хотите, можете провести с помощью этих двух слов прекрасный небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого никак не обидел. Через некоторое время я подам вам сигнал о том, что пора заканчивать «спор»».

Вопросы для обсуждения: Как ты себя сейчас чувствуешь? Как тебе удобнее спорить – произнося слово «Да», или произнося слово «Нет»? Ты говорил достаточно громко? [28].

## 2.4. Анализ результатов контрольного эксперимента

В результате использования методики «Лесенка» мы получили данные, которые ниже представлены в табл. 5.

Таблица 5

Сводные данные самооценки детей старшего дошкольного возраста по методике «Лесенка» (В.Г. Щур) (в %)

|   | Сильный – слабый | Умный – глупый | Хороший – плохой | Смелый – трусливый | Добрый – злой | Самый старательный – самый небрежный |
|---|------------------|----------------|------------------|--------------------|---------------|--------------------------------------|
| 1 | 37               | 41             | 48               | 52                 | 59            | 55                                   |
| 2 | 30               | 22             | 18               | 22                 | 26            | 30                                   |
| 3 | 18               | 33             | 18               | 18                 | 3             | 3                                    |
| 4 | 3                | 11             | 11               | 7                  | 7             | 3                                    |
| 5 | 0                | 0              | 0                | 0                  | 0             | 0                                    |

Среди детей, поставивших себя на самую высокую ступень, 59% (16 человек) выбрали качества «добрый – злой», 55% (15 человек) – «самый старательный – самый небрежный», «смелый – трусливый» – 52% (14 детей), 48% (13 детей) – «хороший – плохой», 41% (11 человек) – «умный – глупый», 37% (10 человек) – «сильный – слабый».

Из всех детей, которые определили для себя вторую (высокую) ступень, по 30% (8 человек) предпочли качества «сильный – слабый» и «самый старательный – самый небрежный», 26% (7 детей) – «добрый – злой», по 22% (6 дошкольников) – «умный-глупый» и «смелый – трусливый», 18% (5 человек) – «хороший – плохой».

Из тех детей, которые изобразили себя на третьей ступени, 33% (9 человек) выбрали категорию «умный – глупый», по 18% (5 дошкольников) «сильный – слабый», «хороший – плохой», «смелый – трусливый», по 3% (1 ребёнок) – «добрый – злой» и «самый старательный – самый небрежный».

На четвёртой ступени по 11% (3 человека) выбрали категории «умный – глупый» и «хороший – плохой», по 7% (2 человека) – «смелый – трусливый» и «добрый – злой», по 3% (1 человек) – «сильный – слабый» и «самый старательный – самый небрежный».

Никто из детей не выбрал пятую ступень.

Качественный анализ по данной методике представлен ниже на рис.4.

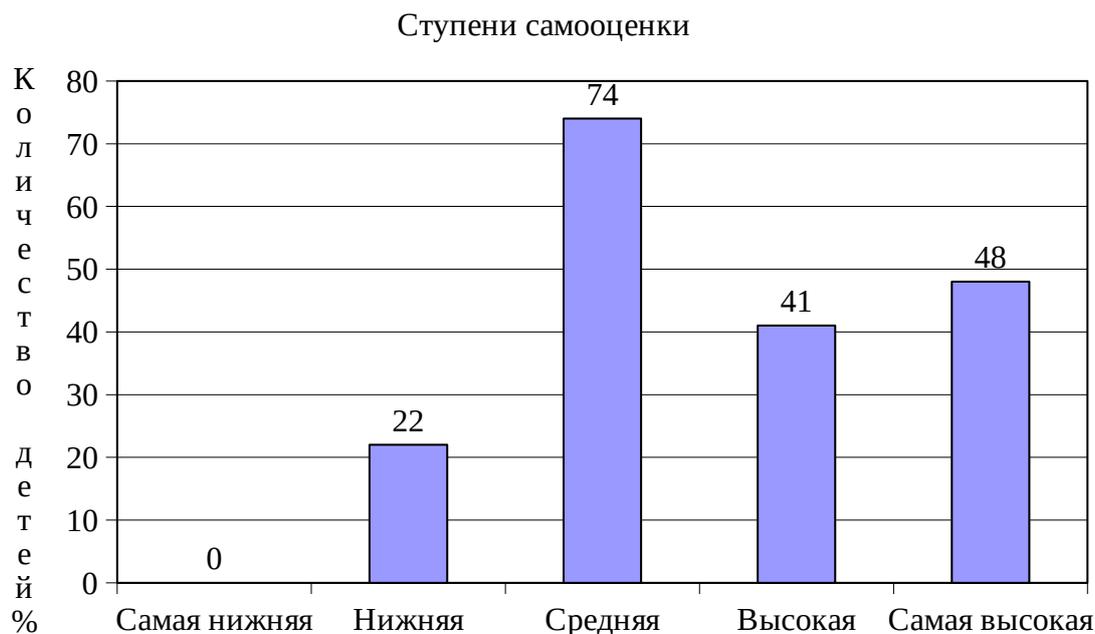


Рис. 4. Показатели (в %) ступеней самооценки по методике «Лесенка»

22% (6 человек) изобразили себя на нижней ступени, 74% (20 детей) выбрали среднюю ступень. На высокую ступень поставили 41% (11 человек). 48% (13 человек) выбрали завышенную ступень.

С помощью данной методики удалось выявить, что увеличилось количество детей, выбравших среднюю ступень, уменьшилось число детей на высокой и самой высокой ступенях, отсутствуют дети на низкой ступени.

Результаты количественного анализа рассмотрим в представленной ниже табл. 6.

Таблица 6

Сводные данные оцениваемых качеств личности (в баллах)

| Порядковый № ребёнка | Оцениваемые качества личности |     |   |   |   |     |     |     |     |   | Количество баллов |
|----------------------|-------------------------------|-----|---|---|---|-----|-----|-----|-----|---|-------------------|
|                      | х                             | д   | у | а | п | вн  | в   | у   | т   | ч |                   |
| 1                    | 1                             | 0   | 1 | 0 | 1 | 1   | 0   | 1   | 0   | 0 | 5                 |
| 2                    | 0,5                           | 0,5 | 1 | 1 | 0 | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 1 | 7                 |
| 3                    | 1                             | 1   | 1 | 1 | 1 | 0,5 | 0,5 | 1   | 1   | 0 | 8                 |
| 4                    | 0                             | 0,5 | 0 | 1 | 0 | 0   | 0,5 | 0   | 1   | 1 | 4                 |
| 5                    | 1                             | 1   | 1 | 1 | 1 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1 | 10                |

Продолжение таблицы 6

| 1  | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12 |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 6  | 0,5 | 0,5 | 1   | 0   | 0   | 0   | 0,5 | 0,5 | 0   | 1   | 4  |
| 7  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 7  |
| 8  | 0   | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 0,5 | 1   | 1   | 0,5 | 1   | 7  |
| 9  | 1   | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 8  |
| 10 | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 1   | 6  |
| 11 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 1   | 1   | 9  |
| 12 | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 7  |
| 13 | 0,5 | 0,5 | 1   | 1   | 1   | 1   | 0,5 | 0,5 | 0   | 1   | 7  |
| 14 | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 4  |
| 15 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 8  |
| 16 | 1   | 0   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 0   | 0   | 4  |
| 17 | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 8  |
| 18 | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 0   | 6  |
| 19 | 1   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 0   | 5  |
| 20 | 0   | 0   | 0,5 | 0,5 | 0   | 1   | 0   | 0,5 | 0   | 0,5 | 3  |
| 21 | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 1   | 0   | 0   | 4  |
| 22 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 1   | 10 |
| 23 | 0   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 0   | 3  |
| 24 | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 4  |
| 25 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 0   | 0   | 1   | 1   | 8  |
| 26 | 0   | 0   | 0   | 0   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 6  |
| 27 | 0   | 1   | 1   | 0   | 1   | 0   | 0   | 1   | 0   | 1   | 5  |

Примечание: х – хороший, д-добрый, у-умный и т.д.

По 3 балла набрали 2 человека, по 4 балла – 6 человек, по 5 баллов – 3 ребёнка, по 6 баллов – 3 ребёнка, по 7 баллов – 5 дошкольников, по 8 – 5 человек, 9 баллов 1 ребёнок, 2 дошкольника набрали по 10 баллов.

Для выявления уровней самооценки проводился качественный анализ, представленный ниже на рис. 5.

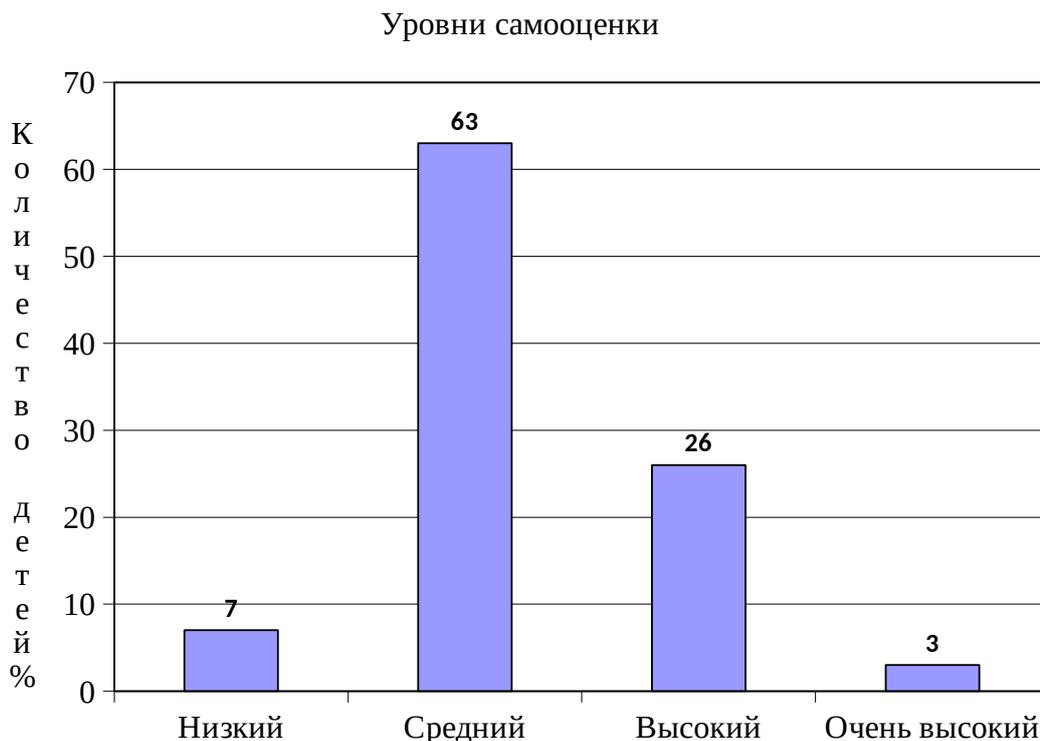


Рис. 5. Показатели (в %) уровней самооценки по методике «Какой я?»

Низкий уровень самооценки выявлен 7% (2 человек), средний уровень – у 63% (17 дошкольников), высокий уровень – у 26% (7 человек), очень высокий – у 3%. У 30% (8 человек) выявлен низкий уровень самооценки, у 52% (14 человек) - средний уровень, у 18% (5 человек) – высокий.

В результате использования данной методики удалось определить, что у большинства детей старшего дошкольного возраста наблюдается самооценка на среднем уровне, значительно уменьшился процент дошкольников с низким и высоким уровнем самооценки, также есть небольшое количество детей с очень высоким уровнем самооценки.

Последней применялась методика «Нарисуй себя», результаты которой рассмотрены ниже в табл. 7.

Таблица 7

Результаты методики «Нарисуй себя» (в баллах)

| Порядковый № ребёнка | Анализ «автопортрета» | Сопоставление «автопортрета» с рисунком «хорошего» и «плохого» ребёнка |
|----------------------|-----------------------|--|
| 1                    | 9                     | 3  |
| 2                    | 12                    | 4  |
| 3                    | 13                    | 2  |
| 4                    | 11                    | 4  |
| 5                    | 13                    | 3  |
| 6                    | 12                    | 3  |
| 7                    | 11                    | 4  |
| 8                    | 10                    | 3  |
| 9                    | 13                    | 2  |
| 10                   | 15                    | 4  |
| 11                   | 13                    | 2  |
| 12                   | 13                    | 5  |
| 13                   | 11                    | 3  |
| 14                   | 10                    | 2  |
| 15                   | 10                    | 2  |
| 16                   | 10                    | 2  |
| 17                   | 10                    | 7  |
| 18                   | 12                    | 5  |
| 19                   | 11                    | 6  |
| 20                   | 10                    | 3  |
| 21                   | 10                    | 4  |
| 22                   | 9                     | 2  |
| 23                   | 9                     | 2  |
| 24                   | 10                    | 3  |
| 25                   | 11                    | 4  |
| 26                   | 10                    | 5  |
| 27                   | 10                    | 2  |

В результате количественного анализа получилось установить следующее. Анализ «автопортрета»: у 52% (14 детей) – норма, у 48% (13 человек) – нет. Сопоставление «автопортрета» с рисунком «хорошего» и «плохого» ребёнка: 66% (18 человек) соотнесли с «хорошим» ребёнком, 33% (9 детей) – с «плохим».

Качественный анализ представлен ниже на рис. 6.

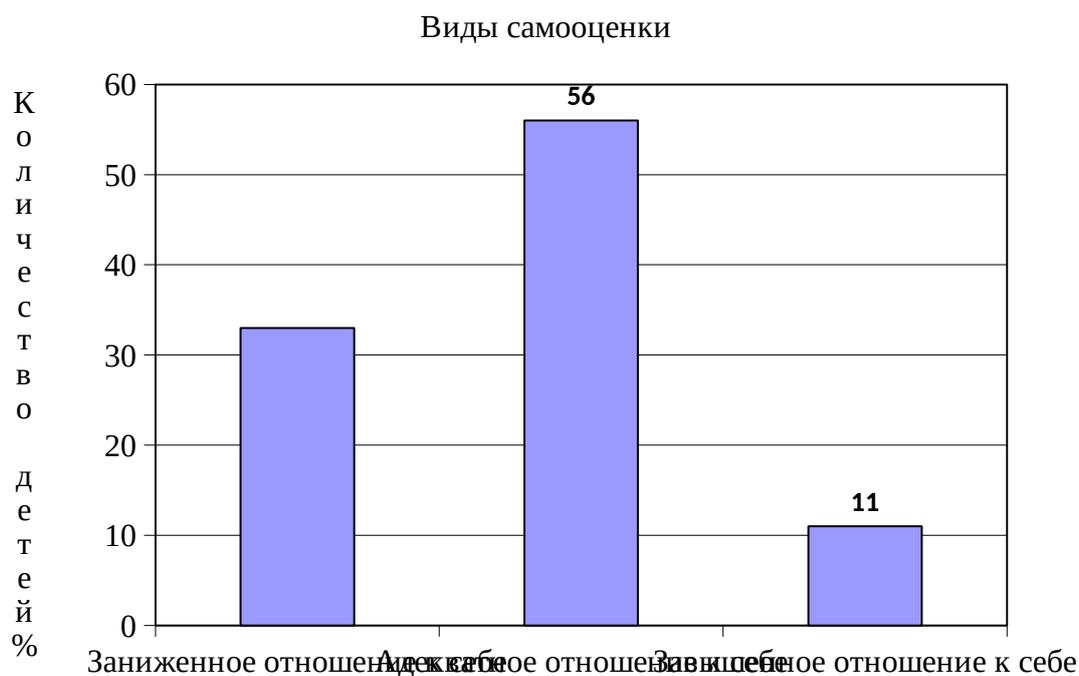


Рис. 6. Соотношение видов самооценки по результатам методики «Нарисуй себя»

Исходя из полученных данных, видно, что 33% (9 человек) имеют заниженное отношение к себе, 56% (15 детей) – адекватное позитивное отношение, остальные 11% (3 человека) – завышенное отношение.

В результате контрольного эксперимента удалось выявить следующее. Значительно снизился процент детей с низкой самооценкой. Увеличилось количество дошкольников с адекватной самооценкой, уменьшилось количество детей с завышенной самооценкой. У многих дошкольников улучшилось отношение к себе. К тому же стоит отметить устойчивость самооценки детей старшего дошкольного возраста.

## Выводы по Главе 2

В результате первого этапа исследования было установлено, что меньше половины старших дошкольников могли анализировать результаты своей деятельности, пытались осознать причины неудач, стремились к сотрудничеству, уверены в себе, т.е. имели адекватную самооценку. У большинства детей была выявлена заниженная самооценка, а именно: нерешительность и недоверчивость, тревожность и отказ от сложных ситуаций, готовность заплакать в любой момент; а также у некоторых – завышенная (таких дошкольников характеризуют несдержанность, неспособность доводить начатое до конца, склонность к демонстративному поведению и доминированию). К тому же наблюдались неустойчивое (т.е. оно подвергается огромному влиянию) и неадекватное отношение к себе.

Для более эффективного развития самооценки детей старшего дошкольного возраста мы разработали и провели программу интерактивных занятий и игр «В игре я совершенствуюсь».

После её реализации в результате второго этапа исследования значительно увеличилось количество детей с адекватной самооценкой, улучшилось отношение к себе. У них отмечается снижение подверженности самооценки влияний извне, т.е. улучшилась устойчивость. К тому же старшие дошкольники критичнее относятся к себе и своей деятельности, проявляют стремление к достижению цели, слушают и слышат замечания взрослых, меньше обсмеивают товарищей, поддерживают друг друга, договариваются, проявляют общительность и дружелюбие.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Непосредственно старший дошкольный возраст считается важным и ответственным этапом личностного формирования каждого человека. Он способствует ускоренному развитию свойств ребёнка и психических процессов, появлению таких новообразований, как формирование произвольности поведения соподчинение мотивов, усвоение нравственных норм и правил.

Развитие и становление личности в этот период неразрывно связано с самооценкой, представляющей собой сложное, многокомпонентное психологическое явление [31].

Именно в этот период важно заложить основы для формирования адекватной дифференцированной самооценки, поскольку так ребёнок научится правильно себя оценить, свои силы для решения задач, предъявляемых социальной средой.

Благодаря самооценке в ребёнке развивается личность. Ведь она формирует потребность соответствия как требованиям окружающих, так и уровню своих личностных оценок [32].

В нашем исследовании мы рассмотрели данную тему с точки зрения многих авторов, занимающихся данными исследованиями. Также нами определён диагностический инструментарий для выявления самооценки старших дошкольников: методика «Лесенка» (В.Г. Щур), методика «Какой Я?» (Р. Немов), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василяускайте).

Изучая применение интерактивных игр, пришли к выводу, что их использование действительно эффективно способствует развитию самооценки детей старшего дошкольного возраста. Интерактивная игра способствует тому, что у детей становится меньше конфликтов, они доброжелательнее относятся друг к другу. В связи с этим улучшается их настроение, отношение к себе и окружающим. Дошкольники лучше

понимают себя, рефлексиируют свои действия, проявляют терпение, внимательность, осознают собственную значимость.

По результатам исследования были подготовлены программа интерактивных занятий и игр «В игре я совершенствуюсь!», а также разработаны рекомендации родителям по формированию положительной самооценки старших дошкольников [Приложение В].

Данная работа будет полезна родителям, воспитателям, педагогам дошкольного образования, педагогам-психологам.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс] // ФГОС. URL: <https://fgos.ru/> (дата обращения: 06.05.2019).
2. Аверьянова Т.С. Развитие гендерного самосознания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]. 2014. // URL:<http://elib.bspu.by/bitstream/doc/> (дата обращения: 05.10.2018).
3. Бабурина Е.Г., Королёва Е.В. Использование интерактивных игр в работе с родителями // Современное дошкольное образование. Теория и практика. 2014. №4. С. 46–47.
4. Бушаева М.В. Программа по формированию адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]. 2017. // (дата обращения: 14.12.2018).
5. Витушкина Э.В. Психолого-педагогические проблемы формирования самооценки как составляющей самосознания [Электронный ресурс] // URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2017/04/12/> (дата обращения: 09.05.2019).
6. Вовчук М.А. Практическое пособие к программе «Развитие адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста» [Электронный ресурс] // URL: <http://ds164.centerstart.ru/sites/ds.pdf> (дата обращения: 16.12.2018).
7. Воронина М.М. Использование интерактивных игр в процессе патриотического воспитания детей дошкольного возраста // Информ-образование. 2016. №1. С. 56–63.
8. Воронова А.В., Мазилев В.А. Гендер: междисциплинарный анализ [Электронный ресурс] // Вестник Костромского государственного университета. Серия: педагогика, социокинетика. 2015. №2 (21). С. 35–40. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24095133> (дата обращения: 07.10.2018).
9. Гармаш Л. Н. Рекомендации для воспитателей по формированию адекватной самооценки старших дошкольников [Электронный ресурс] // URL: <http://kak.znate.ru/.html> (дата обращения: 24.11.2018).

10. Гилева Е.С. Интерактивные игры Клауса Фопеля [Электронный ресурс]. // URL: <https://nsportal.ru/detskii-sad> (дата обращения: 02.03.2019).
11. Гуреева И.В. Методика «Какой я?» [Электронный ресурс] // URL: <https://psihologia.edusite.ru/p55aa1.html> (дата обращения: 09.05.2019).
12. Долгова В. И. Формирование самооценки у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 44. С. 70. URL: <https://e-koncept.ru/2016/56977.htm> (дата обращения: 10.10.2018).
13. Дусказиева Ж.Г. Гендер и пол. Роль биологического и социального факторов в формировании гендерных различий [Электронный ресурс] / Ж.Г. Дусказиева Гендерная психология / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск. 2010. 108 с. URL: [https://vk.com/doc236744248\\_505](https://vk.com/doc236744248_505) (дата обращения: 15.10.2018).
14. Заднепряная И.П. Интерактивная компьютерная игра как средство познавательного развития детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] // URL: <http://ds66.edu-ukhta.ru/media/docs/interaktivnaya-kompyuternaya-igra> (дата обращения: 09.05.2019).
15. Емельяненко Ю.Р. Интерактивные игры как средство познавательного развития дошкольника [Электронный ресурс] // Концепт. 2017. Т. 39. С. 3161–3165. URL: <http://e-koncept.ru/2017/970959.htm> (дата обращения: 15.03.2019).
16. Ибраева А.Ю. Условия целенаправленного формирования самооценки у старших дошкольников // Новая наука: психолого-педагогический подход. 2017. №3. С. 60–62.
17. Игры и упражнения немецкого психолога Клауса Фопеля [Электронный ресурс] // URL: [https://mdou69.edu.yar.ru/nashi\\_konsultatsii/igri\\_i\\_uprazhneniya](https://mdou69.edu.yar.ru/nashi_konsultatsii/igri_i_uprazhneniya) (дата обращения: 09.03.2019).
18. Игры с агрессивными детьми [Электронный ресурс] // Эти-Дети: возрастная психология, развитие и воспитание детей. URL: <http://www.eti-deti> (дата обращения: 02.03.2019).

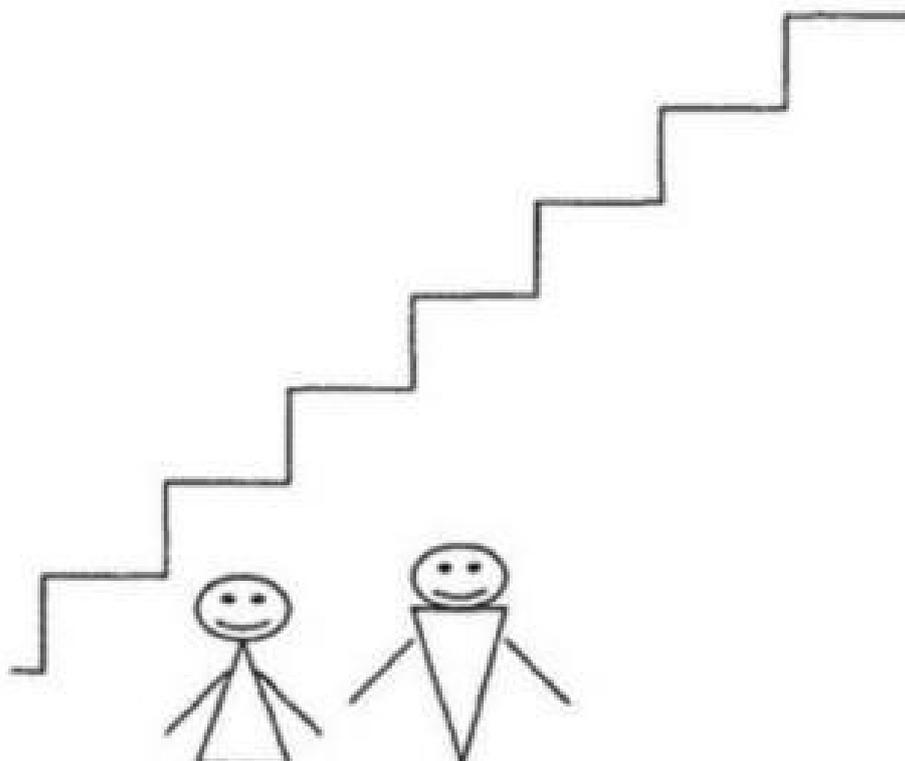
19. Комкова Е.С. Игры для коррекции самооценки // Материалы для занятий. 2016. URL: <https://komkovads29.edumsko.ru/> (дата обращения: 15.12.2018).
20. Кудашкина О.В. Особенности развития положительной самооценки старших дошкольников, имеющих трудности в общении со сверстниками [Электронный ресурс] // Материалы международной научно-практической конференции «52-е Евсевьевские чтения» (г. Саранск, 02–03 июня 2016г.) Саранск: Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева. 2016. С. 201–205. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=2899696> (дата обращения: 01.10.2018).
21. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка / под ред. А.Г. Рузской. М.: Институт практической психологии. 2007. 384 с.
22. Маевская А.Ю. Гендерная проблематика в контенте глянцевого журнала [Электронный ресурс] // Вестник СПбГУ. 2014. №2 (9). С. 261–267. URL: <http://personalii.spmi.ru/ru/glossary> (дата обращения: 10.05.2019).
23. Малик Н.М. Картотека приветствий [Электронный ресурс] // URL: <https://nsportal.ru/detskiy> (дата обращения: 02.03.2019).
24. Мельник Ж.В. Гендерные особенности становления образа «Я» в старшем дошкольном возрасте // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2014. №30. С.135–140.
25. Молчанова О.Н. Развитие взглядов на природу самооценки в истории психологии: Учебное пособие. М.: Наука, 2010. 392 с.
26. Мурашова М.В. Формирование познавательного интереса у детей дошкольного возраста в процессе образовательной деятельности при работе с интерактивной доской [Электронный ресурс] // Бийск. 2018. URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/09/04/formirovanie-poznavatel'nogo-interesa> (дата обращения: 28.04.2019).
27. Некоторые подходы к определению самооценки и её природы в научных исследованиях [Электронный ресурс] // URL: <http://u4isna5.ru/annotacija/487> (дата обращения: 25.03.2019).
28. Немов Р.С. Методика «Нарисуй себя» [Электронный ресурс] // URL:

- [https://znanio.ru/media/metodika\\_narisuj\\_sebya](https://znanio.ru/media/metodika_narisuj_sebya) (дата обращения: 09.05.2019).
29. Непомнящая Н.А. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи [Электронный ресурс] // Концепт. 2015. С. 181–185. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95080.htm> (дата обращения: 02.03.2019).
30. Особенности проявления самооценки у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] // URL: <https://infourok.ru/osobennosti-proyav> (дата обращения: 10.05.2019).
31. Павлова С.С., Иванова М.К. Самооценка дошкольника и условия её формирования [Электронный ресурс] //Актуальные проблемы развития личности в онтогенезе: сборник материалов III Всероссийской научно-практической конференции студентов и аспирантов (г. Киров, 04 апреля 2014 г.) Якутск: Международный центр научно-исследовательских проектов, 2014. С. 449–453. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=> (дата обращения: 05.04.2019).
32. Параметры и функции самооценки [Электронный ресурс] // URL: [http://studbooks.net/1592569/psihologiya/parametry\\_funktsii\\_samoosenki](http://studbooks.net/1592569/psihologiya/parametry_funktsii_samoosenki) (дата обращения: 15.04.2019).
33. Пашукова Т.И. Теоретический анализ становления понятий гендера и гендерной идентичности в психологии [Электронный ресурс] // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/> (дата обращения: 13.10.2018).
34. Полякова О.В. Интерактивные игры – как одно из слагаемых успешности социально-коммуникативного воспитания дошкольников [Электронный ресурс]. 2015. // URL: [http://pedprospekt.ru/doshkolnoe/index?nomer\\_publ=70](http://pedprospekt.ru/doshkolnoe/index?nomer_publ=70) (дата обращения: 03.03.2019).
35. Рекомендации по формированию адекватной самооценки у старших дошкольников [Электронный ресурс] // URL: <http://www.breasting.ru/v33.html> (дата обращения: 24.11.2018).
36. Ритуалы приветствия для дошкольников [Электронный ресурс] // URL: <https://kirsanova-ig-egords6.edumsko.ru/folders/post/1051923> (дата обращения: 09.03.2019).

37. Рогозина Е.А. Диагностика самооценки личности [Электронный ресурс] // URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2014/06/17/diagnostiche> (дата обращения: 17.04.2019).
38. Роль «Я» – концепции в успеваемости школьников и становлении коллектива [Электронный ресурс] // URL: <http://www.psychonia.ru/demas-91> (дата обращения: 09.05.2019).
39. Санникова Ю. Коррекционная программа уровня самооценки детей [Электронный ресурс] // URL: <https://korekcionaja-programa-urovnja> (дата обращения: 04.03.2019).
40. Суверова Э.И. Самооценка в дошкольном возрасте [Электронный ресурс] // URL: <http://www.psi.lib.ru/detsad/sbor/> (дата обращения: 18.02.2019).
41. Суханова Ю.С. Использование интерактивных игр в речевом развитии дошкольников [Электронный ресурс] // URL: <http://pedrazvitie.ru/servisy/publik> (дата обращения: 06.05.2019).
42. Тырина А. Консультация для родителей «Самооценка ребёнка дошкольного возраста» [Электронный ресурс] // URL: <http://www.maam.ru> [дата обращения: 16.02.2018].
43. Фаттахова В.М. Изучение эффективности применения методов диагностики самооценки детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] // Молодой ученый. 2017. №17. С. 295–298. URL: <https://moluch.ru/archive/151/42748> (дата обращения: 21.04.2019).
44. Фопель К. Технология ведения тренинга. [Электронный ресурс] // URL: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/fopel-tekhnologia> (дата обращения: 04.03.2019).
45. Цыцына А.Э. Динамика формирования самоотношения у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] // Психологическая студия. 2016. С. 223–224. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id> (дата обращения: 15.10.2018).
46. Чернявская В.С., Буслова А. Ф. Гендерные различия самооценки дошкольников [Электронный ресурс] // Концепт. 2015. № 7. С. 36–40. URL: <http://e-koncept.ru/2015/15230.htm> (дата обращения: 16.10.2018).

47. Чуприкова М.А. Методическая разработка «Уроки добра» [Электронный ресурс] // URL: <http://sch448.mskobr.ru/files/Usloviya.pdf> (дата обращения: 03.03.2019).
48. Шавшаева Л.Ю., Самсоненко Л.С. Формирование адекватной самооценки старших дошкольников в процессе игровой деятельности // Азимут научных исследований: педагогика и психология. Оренбург. 2017. Т.6. №4 (21). С. 250–253.
49. Щетинина А.М. Диагностика социального развития ребенка: Учебно-методическое пособие. Великий Новгород. 2000. 88 с.
50. Щур В.Г. Методика «Лесенка» [Электронный ресурс] // URL: <http://uchitelya.com/uploads/docs/139363> (дата обращения: 09.05.2019).

**Методика «Лесенка» (В.Г. Щур)**



**Методика «Какой я?» (Р. Немов)**

| № п/п | Оцениваемые качества личности | Оценки по вербальной шкале |     |        |         |
|-------|-------------------------------|----------------------------|-----|--------|---------|
|       |                               | да                         | нет | иногда | не знаю |
| 1     | Хороший                       |                            |     |        |         |
| 2     | Добрый                        |                            |     |        |         |
| 3     | Умный                         |                            |     |        |         |
| 4     | Аккуратный                    |                            |     |        |         |
| 5     | Послушный                     |                            |     |        |         |
| 6     | Внимательный                  |                            |     |        |         |
| 7     | Вежливый                      |                            |     |        |         |
| 8     | Умелый (способный)            |                            |     |        |         |
| 9     | Трудолюбивый                  |                            |     |        |         |
| 10    | Честный                       |                            |     |        |         |

## **Рекомендации родителям по формированию положительной самооценки старших дошкольников**

Самооценка, как одна из личностных особенностей, формируется с помощью воспитания, которое зависит от семьи и детского сада. Именно поэтому первой и основной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся. Принятие и любовь развивают у ребенка чувство безопасности, уверенности, способствуют полноценному развитию личности и формирования положительной самооценки. Поэтому очень важно, чтобы у ребенка в дошкольный период детства развивался положительный образ «Я» – формировалось чувство своей значимости, чувство собственного достоинства, уверенности в своих силах, которые будут способствовать формированию адекватной, положительной самооценки.

Помните, что родительская любовь – источник и гарантия благополучия маленького человека, поддержание его телесного и душевного здоровья.

Вот основные правила воспитания, которые должны знать и соблюдать родители.

В случае негативной оценки действиям ребёнка запрещается говорить: «Ты не умеешь строить, рисовать... подметать». У него пропадает мотивация к этой деятельности, формируется неуверенность в себе, сомнение в собственных возможностях.

Нельзя оценивать личность ребёнка. Оценка должна касаться только его действия и поведения. В обратном случае ребёнок чувствует себя неполноценным, значит, самооценка снижается.

Не забывайте про интонацию. Дети не менее реагируют на тон и эмоции по отношению к нему.

Сравнение одного ребёнка с другим, его действий с чужими всегда приводит к психотравмирующей ситуации, появлению зависти, негативизма, эгоизма.

Запрещено использовать взаимоотношения, при которых ребёнок ощущает себя ущербным. В таком случае его самооценка явно станет заниженной.

Успешная социальная адаптация ребёнка – основная задача семьи. При этом обязательно должны учитываться возможности ребёнка.

Нельзя скачкообразно переходить от положительного оценивания к отрицательному, от наказания к ласке [8].

Дети любят помогать. Позвольте им самостоятельно решать свои проблемы, но и не отстраняйтесь. Ребёнок может помочь прибраться, полить цветы, так он получит удовольствие от сделанного. Не забудьте похвалить.

Ребёнок ждёт поощрения, особенно за инициативу.

Любите искренне своих детей и демонстрируйте это! [5].

Оцените свой уровень самооценки (завышенная или заниженная). Неуверенные в своей силе люди обычно воспитывают неуверенных детей. Если у вас самих есть множество комплексов, то вам никогда не удастся доказать ребёнку, что нужно быть уверенным в себе. Ничего не может быть полезней для детей, чем позитивный пример. Поэтому поставьте перед собой вопросы: любите ли вы себя? Верите ли в свои силы? Не боитесь ли перемен? Если хотите эффективно воспитать своего малыша, то займитесь сначала преодолением собственных комплексов.

Больше времени проводите с ребёнком и уделяйте ему внимание. Отсутствие родителей в жизни ребёнка отбирает у него ощущение собственной силы. Чтобы избежать этого, обязательно проводите много времени с ребёнком. Вы никогда не убедите его в том, что он важен для вас, если вы не находите для него времени.

Относитесь к делам малыша с уважением. Если вы играете с ребёнком в какую-нибудь игру, не поглядывайте время от времени в телевизор. Не

путайте имена его друзей, название мультиков и главных героев, что он смотрит и слушает. Интересуйтесь, как у него дела, что он любит, а что нет. Ведь если кто-то для вас важен, то вы будете интересоваться его делами – точно так же нужно поступать и по отношению к малышу.

Помните, что для формирования адекватной самооценки как похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными.

Поощрять не только за результат, но и за попытку ребенком достигнуть результата, за старание сделать хорошо, помочь, и т. п. (если недостаточно уверен в себе ребенок)

Похвала может выражаться за будущее действие. Благодаря одобрению ребёнку легче его выполнить, он поверит в себя, свои силы: «Ты это сможешь!». «Ты это почти умеешь!», «Ты обязательно справишься!», «Я в тебя верю!», «У тебя все получится!» и т. п.

Наказывая ребенка, следует придерживаться ряда рекомендаций.

Наказание должно быть безопасным для здоровья ребёнка, без нанесения ущерба. В случае сомнения – лучше не наказывать.

Недопустимо шантажировать ребёнка ограничением вашей любви в качестве наказания.

Недопустимо использовать наказания за прошлое. Только за то, что сделано сейчас, один раз использовать наказание. Вспоминая прошлое, вы рискуете сформировать у малыша чувство «вечно виноватого» [43].