

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(НИУ «БелГУ»)**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Кафедра дошкольного и специального (дефектологического) образования**

**РАЗВИТИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Выпускная квалификационная работа**

обучающегося по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое  
образование, профиль Дошкольное образование  
заочной формы обучения, группы 02021352

Давыденко Елены Вячеславовны

Научный руководитель  
кпн, доцент  
Маркова В.В.

**БЕЛГОРОД 2018****ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	9
1.1. Уверенность в себе как социальная компетенция и качество личности: ее роль в формировании личности человека.....	9
1.2. Особенности развития уверенности в себе в дошкольном возрасте.....	20
1.3. Педагогические условия развития уверенности в себе у старших дошкольников.....	27
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	52
2.1. Диагностика уровня развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.....	52
2.2. Разработка и реализация программы развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.....	66
2.3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы по развитию уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста.....	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	79
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	85
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	90

## ВВЕДЕНИЕ

Проблема развития у человека уверенности в себе на протяжении длительного периода времени привлекала внимание педагогов, психологов, теоретиков и практиков. Особую актуальность она приобретает в настоящее время, поскольку, сейчас как никогда нужна личность, уверенная в своих возможностях и силах, личность нового социокультурного типа: гуманная, духовная, нравственная, находящаяся постоянно в поиске истинного смысла жизни и реализующая свои возможности в активной жизненной позиции; личность способная к самопознанию, пониманию и оценке собственного «Я» и успешному решению жизненных задач, важных как для себя, так и для других. Уверенный в себе человек испытывает внутреннее ощущение собственной силы, права и правоты, верит в себя и свои возможности, у него отсутствуют сомнения и страхи.

Уверенность в себе, как качество личности, связана с самооценкой человека. Если самооценка неадекватна, т.е. выше или ниже реальных возможностей, то обнаруживает себя самоуверенность или неуверенность в себе. И то и другое мешает полноценному развитию личности. Поэтому так важно уже в дошкольном возрасте формирование адекватной самооценки, положительного образа Я, социально - коммуникативных навыков.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) выделяет направление социально-коммуникативного развития, которое предусматривает становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий. В целевых ориентирах сказано о развитии у дошкольников веры в себя, формировании чувства собственного достоинства [54].

Комплексные программы для дошкольной образовательной организации (ДОО) также подчеркивают важность этой проблемы. Так в

программе «Детство» одной из задач социально-коммуникативного развития старших дошкольников стоит задача развития положительной самооценки, уверенности в себе, чувства собственного достоинства [15]. Приоритетом программы «От рождения до школы» является воспитание свободного, уверенного в себе человека с активной жизненной позицией. [35]. В программе «Радуга» рассматриваются педагогические технологии на основе гуманизации и демократизации педагогических отношений. В ней говорится, что уважение как норма отношений взрослого к каждому ребёнку развивает в детях чувство собственного достоинства. Уверенность в своих силах, способностях, возможностях — важная предпосылка успешности в любом виде деятельности, который всегда связан с необходимостью преодоления временных трудностей. [40].

В психологической литературе как отечественной, так и зарубежной уверенности в себе уделено достаточное внимание. Вопросы ее онтогенеза, структуры, функций, возможностей направленного формирования обсуждаются в работах Л.И. Божович, И.С. Кона, А.И. Липкиной и других психологов. Уверенность в себе рассматривается как личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности, как автономная характеристика личности, как ее центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности и отражающий своеобразие ее внутреннего мира.

В качестве основных условий развития уверенности в себе психологи выдвигают такие факторы, как общение с окружающими и собственная деятельность ребенка. В общении усваиваются формы, виды и критерии оценок, в индивидуальном опыте происходит их апробация, наполнение личностными смыслами. Из оценок себя окружающими ребенок постепенно вычленяет критерии и способы оценивания другого и переносит их на себя.

Исследования Л.И. Божович, Н.Г. Морозовой, Л.С. Славиной описательно характеризуют процесс формирования уверенности в себе.

Ученые ставят вопрос о необходимости четкого раскрытия условий формирования уверенности, установления роли формирующих факторов [7].

Уверенность в себе как чувство, переживание, которое дает личности возможность спрогнозировать успех или неудачу своих будущих действий в своих работах рассматривает О.А. Черникова [52].

Н.Д. Левитов относит уверенность к психическим состояниям и выделяет познавательный компонент, эмоциональный компонент и волевой компонент. [28].

Е.П. Щербаков исследует уверенность в себе как волевое качество личности. В своих трудах он отмечает, что самооценка возможностей это относительно постоянный элемент структуры личности, т.к. базируется на ее качествах и свойствах, а они имеют относительно устойчивый характер в определенный возрастной период [53].

В.А. Лабунская рассматривает уверенность в себе как свойство личности, ядром которого выступает позитивная оценка индивидом собственных навыков и способностей, которые являются достаточными для достижения значимых для него целей и удовлетворения его потребностей [26].

В русле системного подхода проблема уверенности исследовалась К.А. Абульхановой-Славской, Н.Ю. Будич, И.Г. Скотниковой. К.А. Абульханова-Славская рассматривает уверенность в связи с притязаниями, саморегуляцией и активностью. И.Г. Скотникова, исследуя структуру уверенности в себе, заключает, что это системное психическое образование, выполняющее когнитивную и регулятивную функции [48]. Н.Ю. Будич считает, что между уверенностью и идентичностью существует взаимосвязь, поэтому уверенность в себе является фактором личностного самоопределения [10].

Теоретические положения Л.И. Божович, И.В. Дубровиной, Б.В. Зейгарник, Г.М. Красневской, Е.А. Серебряковой поднимают проблему развития уровня притязаний старшего дошкольника [7]. Учеными

установлено, что невозможность достигать успеха в деятельности (игре, обучении) порождает неблагополучие в коллективе, препятствует раскрытию себя в рамках социальной действительности. Аффективные переживания сопровождаются появляющимися трудностями, стимулируют зарождение и закрепление у детей старшего дошкольного возраста отрицательного эмоционального самовосприятия. Подобные переживания порождают у старших дошкольников неуверенность в себе, в своих возможностях.

В своей совокупности работы всех вышеназванных авторов имеют большое значение для педагогической науки и практики.

Важность и актуальность рассматриваемой проблемы определили выбор темы выпускной квалификационной работы: «Развитие уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста».

**Проблема исследования:** при каких педагогических условиях будет развиваться уверенность в себе у старших дошкольников.

Решение этой проблемы будет являться **целью** нашего исследования.

**Объект исследования:** процесс развития у детей старшего дошкольного возраста уверенности в себе.

**Предмет исследования:** педагогические условия развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи исследования:**

1. Выяснить степень разработки проблемы в педагогической теории и практике.
2. Рассмотреть уверенность в себе как социальную компетенцию и качество личности, раскрыть ее роль в формировании личности человека.
3. Охарактеризовать особенности развития уверенности в себе в дошкольном возрасте.
4. Выявить, обосновать и апробировать педагогические условия развития уверенности в себе у старших дошкольников.

**Гипотеза исследования:** эффективность развития уверенности в себе в старшем дошкольном возрасте будет осуществляться при следующих педагогических условиях:

- содействовать формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки;
- обеспечить активное участие детей в различных видах деятельности и общения, давая возможность каждому проявить себя;
- закреплять положительные переживания детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности;
- развивать социально-коммуникативные способности и умения;
- способствовать уважению взрослых к человеческому достоинству детей, развитию и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие **методы исследования:**

- 1) теоретические: анализ научной и методической психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;
- 2) эмпирические: педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный);
- 3) качественный и количественный анализ результатов исследования.

Исследование выполнялось в несколько **этапов:**

Первый этап (май 2017 г.) - определение темы выпускной квалификационной работы, изучение и анализ литературы по проблеме исследования; формулирование и уточнение проблемы, цели, объекта, предмета, гипотезы, задач, составление плана исследования; подготовка материала теоретической части.

Второй этап (сентябрь 2017 г. - апрель 2018 г.) - разработка плана экспериментальной работы, проведение и анализ результатов педагогического эксперимента.

Третий этап (май 2018 г.) - обобщение и систематизация результатов экспериментальной работы; оформление выпускной квалификационной работы и подготовка ее к защите.

**База исследования:** Федеральное Казённое Дошкольное Образовательное Учреждение "Детский сад № 47" МО РФ города Архангельск-55, старшая группа.

Выпускная квалификационная работа имеет следующую **структуру:** введение, две главы, заключение, библиографический список, приложение.

## ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### 1.1. Уверенность в себе как социальная компетенция и качество личности: ее роль в формировании личности человека

В научном знании существует множество исследований, посвященных проблеме уверенности в себе. Данная проблема является актуальной на сегодняшний день, поскольку уверенность в себе является важным качеством человека как личности, она позволяет ему комфортно и эффективно существовать в обществе других людей, иметь и отстаивать собственное мнение, доверять себе и своим чувствам.

Для того чтобы охарактеризовать понятие «уверенность в себе», необходимо рассмотреть различные точки зрения исследователей на природу и сущность данного феномена.

Так трактуется это понятие в словаре С.И. Ожегова «уверенность - твердая вера в кого-то, что-нибудь, убежденность. Пример: Чувство уверенности. Уверенность в своих силах. Уверенность в друзьях». «Уверенный» значит - твердый, не сомневающийся, не колеблющийся [34].

В психологическом словаре «уверенность в себе - это готовность субъекта решать достаточно сложные задачи, причем уровень притязаний не снижается из-за одних опасений неудачи. Если уровень способностей значительно ниже требуемого для намеченного действия, то имеет место самоуверенность» [39].

Убежденность, вера, твердость, авторитетность, доверие, решительность, победоносность - синонимы слова «уверенность». Неуверенность, колебание, сомнение - антонимы [39].

В середине прошлого века в связи с задачами психологической коррекции и психотерапии в научной литературе появилось психологическое понятие «уверенность». Психологи и психотерапевты практики в результате своей деятельности выявили связь неуверенности в себе с неврозами и некоторыми соматическими заболеваниями. Другие ученые пытались определить причины неуверенности в себе, способы ее коррекции и лечения.

Уверенность в себе исследовалась многими отечественными и зарубежными психологами. Она рассматривалась с различных позиций, позволяющих понять сущность этого явления.

В рамках бихевиорального подхода А. Сальтер объясняет причины возникновения неуверенности в себе преобладанием процессов торможения над процессами возбуждения, что приводит к формированию неуверенной в себе личности. Эти люди не могут открыто и спонтанно выражать свои чувства, желания и потребности, они ограничены в самореализации и испытывают затруднения в общении с другими людьми [46].

Другой представитель этого подхода Д. Вольпе предполагает, что в основе неуверенности в себе лежит страх, возникающий в определенных социальных ситуациях. Испытав чувство социального страха один раз, человек подвергается этому чувству в другой ассоциативно схожей ситуации. Этот страх снижает шансы на успех, а неуспех в свою очередь усиливает страх, таким образом, страх подкрепляет сам себя. В большей или меньшей степени социальные страхи присущи любому человеку, но у неуверенных людей социальный страх становится преобладающим чувством и блокирует социальную активность [46].

С нашей точки зрения, Д. Вольпе достаточно точно обрисовал механизм возникновения и развития неуверенности как следствие

социального страха. Однако А. Сальтер и Д. Вольпе понимали уверенное поведение как напористое самоутверждение, граничащее с агрессивностью. Но между уверенным, агрессивным и неуверенным, пассивным поведением существует большая разница [46].

А. Ландж и П. Якубовски впервые обозначили эту разницу и вкладывали в понятие уверенность нечто среднее между неуверенностью и агрессивностью. С развитием теории социальной компетентности, данные ученые-психологи отнесли агрессивность и пассивную неуверенность к частным формам неуверенности в себе, а в более широком смысле - к отсутствию социальной компетентности [28].

Уверенность как основу социальной компетентности рассматривает Л. Краппманн. Он считает, что социальная компетентность выражается в позитивном самоутверждении в реальных жизненных обстоятельствах, в которых самоутверждение и социальное приспособление переплетаются в пропорции присущей данной конкретной ситуации [46].

Представители бихевиорального подхода В. Вендландт и В. Хеферт дают очень интересное объяснение возникновению неуверенности как психоэмоционального состояния. Эти исследователи считают, что если нарушается привычный или запланированный ход деятельности, возникает неуверенность в себе. Также, по их мнению, она может возникать в результате неясных формулировок целей поведения, нереалистичных притязаний, неверной оценки результатов действий, неумения использовать позитивные последствия в качестве «подкреплений» и недостаточной коррекции планов поведения на основе результатов совершенных в прошлом действий [46].

Таким образом, представители бихевиорального подхода неуверенность в себе человека объясняют недостатком или отсутствием социальных навыков и умений, наличием социальных страхов, раскрывают поведенческие проявления уверенности. Уверенный человек, по их мнению,

умеет выстраивать межличностные отношения, умеет попросить о чем-либо, а также ответить отказом на чью-либо просьбу.

Точка зрения на проблему уверенности представителей другого - когнитивно-бихевиорального подхода неоднозначна. Уверенность либо неуверенность в себе они связывают со способами самовосприятия, с установками в отношении себя, с самооценкой, т.е. как человек оценивает свои личностные качества, способности, поступки и т. д. Способ самооценки напрямую связывает с социальными страхами Р. Зигмунд. Он утверждает, что испытав страх в определенных социальных обстоятельствах, человек мысленно настроен на то, что не сможет справиться с ситуацией, у него не хватит сил. Человек начинает вести себя неуверенно, возникает ситуация неуспеха, негативный опыт снижает доверие к себе, закрепляет переживание неуспеха. По мнению этого учёного, неуверенность в себе возникает как следствие негативных оценок, «нарушенного образа себя», собственные достижения недооцениваются в сравнении с другими. В результате индивид начинает привычно негативно оценивать себя, свои достижения, способности и цели [46].

С точки зрения социально-когнитивного подхода, представителем которого является А. Бандура, уверенное или неуверенное поведение объясняется тем, что человек пользуется стереотипами поведения, которые преобладают в его социальной среде. Если родители демонстрируют уверенное поведение, то ребенок, подражая им, будет вести себя также уверенно [4].

М. Селигман причины формирования неуверенности соотносит с теорией выученной беспомощности, когда в зависимости от преобладающих реакций социальной среды формируется тот или иной тип поведения. Если окружение реагирует однообразно на любые поступки человека либо вообще никак не реагирует, то формируется беспомощный тип личности, неуверенной в собственных силах. Такой человек считает, что от него ничего не зависит, он никак не может повлиять на события. [45].

Обращаясь к трудам отечественных ученых, посвященных изучению уверенности в себе и рассмотрению причин, по которым формируется уверенность либо неуверенность, можно отметить, что изучение уверенности в себе ведется преимущественно в рамках социальной и педагогической психологии. Наиболее известны работы К.А. Абульхановой-Славской, В.Б. Высоцкого, Ф.И. Иващенко, Е.А. Серебряковой, Е.П. Щербакова и др.

Определение причин неуверенности в себе в работах Ф.И. Иващенко на наш взгляд в некоторой степени созвучно определениям западных исследователей. С его точки зрения, неуверенность в себе и страх являются феноменами одной природы, но разной степени выраженности, связанными с силой нервной системы и с педагогическими нарушениями: завышенными требованиями, запугиванием, наказаниями [17].

А.С. Прангашвили исследовал уверенность в связи с установками, если получаемая информация не противоречит имеющейся установке, то возникает чувство уверенности. Когда же информация не соответствует установке, происходит задержка на объекте, который противоречит установке и это вызывает чувство неуверенности, затрудняет достижение цели.[36].

С точки зрения вышеуказанных ученых, уверенность в себе трактуется в большей степени как социальная компетенция, но ряд исследователей рассматривают её и как свойство личности, качество, состояние и на основе различных подходов выделяют структурные компоненты данного феномена.

Представитель когнитивно-бихевиорального подхода в отечественной психологии В.Г. Ромек, считает, что уверенность в себе - это свойство личности, ядром которого выступает позитивная оценка индивидом собственных навыков и способностей, достаточных для достижения значимых для него целей и удовлетворения потребностей. Уверенное поведение - это репертуар навыков, обеспечивающий самореализацию человека в соответствующей социальной среде. С его точки зрения

причиной возникновения неуверенности в себе является результат множества негативных оценок со стороны родителей, близкого окружения и учителей. В структуре уверенности В.Г. Ромек выделяет когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты [42].

По мнению Е.П. Щербакова, уверенность в себе, как свойство личности, характеризуется переживанием уверенности в повторяющихся условиях состояния уверенности. Он утверждал, что уверенность - это активное волевое состояние, которое часто является одной из характерных черт людей. Также Е.П. Щербаков отмечает тесную связь уверенности в себе с самооценкой [53].

В русле системного подхода проблема уверенности исследовалась К.А. Абульхановой-Славской, Н.Ю. Будич, И.Г. Скотниковой.

К.А. Абульханова-Славская рассматривает уверенность в связи с притязаниями, саморегуляцией и активностью. Притязания понимаются ею как глобальный механизм личности, обусловленный мотивами, образом «Я», самооценкой, а также как важнейшее составляющее личностной активности. Притязания личности выражают и желаемое, и оценку желаемого по ряду критериев: легкости - трудности, приемлемости - неприемлемости окружающими, значимости - незначимости, ценности (для личности и тех, кто оценивает) или ее отсутствию. Уверенность - неуверенность является параметром саморегуляции. Чем выше уверенность человека, тем он более независим, автономен от внешних оценок своей деятельности [1].

Уверенность в себе, как считает Н.Ю. Будич, является одной из форм субъективной уверенности и представляет собой структурное образование, ядром которого выступает устойчивое позитивное отношение индивида к собственным навыкам, умениям и способностям, проявляющимся в общении и предполагающим его личную вовлеченность. Необходимыми условиями формирования уверенности в себе, согласно Н.Ю. Будич, являются: личный опыт индивида, обратная связь при преобладании позитивного поддержания успешных попыток реализации личных целей [10].

С точки зрения Е.А. Серебряковой, уверенность в себе - это высокая стабильная самооценка, относящаяся одновременно к операционально-технической и ценностной сторонам собственного «Я». Её можно измерить по трем позициям: устойчивости (устойчивая, неустойчивая), адекватности (адекватная, неадекватная) и уровню (высокая, средняя, низкая) [47].

На наш взгляд, отождествление уверенности в себе с самооценкой является некорректным, поскольку самооценка - компонент «Я-концепции», а уверенность в себе - это свойство личности, которое может оказывать влияние на самооценку.

Наиболее полно и целостно уверенность как свойство личности рассматривается в многомерно-функциональном подходе, разработанном А.И. Крупновым и М.А. Селиверстовой.

С позиций этого подхода каждое свойство личности имеет многомерное строение, т.е. внутреннюю структуру. Уверенность в себе в рамках этой концепции рассматривается как системное свойство личности, содержащее в своей структуре восемь основных компонентов: установочно-целевой, мотивационный, когнитивный, продуктивный, динамический, эмоциональный, регуляторный и рефлексивно-оценочный. Эти учёные рассматривают уверенность в системе основных свойств личности [25].

А.И. Крупнов и М.А. Селиверстова уверенность в себе относят к категории базовых свойств личности наряду с общительностью, ответственностью, настойчивостью, организованностью, любознательностью и др. Базовые свойства выступают как сквозные, т.е. присущие личности на протяжении всего ее жизненного пути. Они начинают формироваться в раннем детстве. Изучение сочетания и уровня развития базовых свойств в психическом складе индивидуальности позволяет получить объективную качественную и количественную характеристику любого этапа становления личности, возникающих при этом новообразований и достигнутой личностью ступени социально-психологической зрелости [25].

Таким образом, А.И. Крупнов и М.А. Селиверстова в рамках многомерно-функционального подхода определяют уверенность как системное, интегральное, базовое свойство личности, имеющее многомерное строение [25].

Анализируя работы данных ученых, мы выделили структурные компоненты составляющие уверенность в себе. Личностный компонент представлен адекватной самооценкой и самоуважением личности; когнитивный компонент, который отражает силу убежденности человека в своей эффективности, предполагает знание того, что такое уверенность в себе и понимание преимуществ уверенного поведения; эмоциональный компонент отражает смелость в социальных контактах; поведенческий компонент подразумевает внешнюю реализацию поведенческого репертуара уверенности в себе.

Уверенность в себе, как важное качество личности, играет особую роль на всех этапах становления человека как личности. Много в развитости этого качества зависит от того, как оно начинало формироваться в дошкольном детстве. Анализ диссертационных исследований и трудов психологов по проблеме развития уверенности в себе у дошкольников показал, что у детей старшего дошкольного возраста могут быть созданы все предпосылки для формирования уверенности в себе как качества развивающейся личности.

И.В. Волкова, в своей работе, уверенное поведение рассматривает с трех позиций: большой и разнообразный набор техники поведения; адекватное восприятие ситуаций; способность к рефлексивному контролю, как ситуации, так и альтернативного поведения [12].

Она определяет уверенность в себе как умение гармонично взаимодействовать с самим собой, с людьми, с внешним миром, а поведенческие характеристики, с ее точки зрения, это внешняя форма проявления уверенности.

В качестве составных элементов уверенности И.В. Волкова выделяет следующие: положительное представление о себе; доверие к себе; стремление к достижению положительного результата; умение реализовать самоутверждающие способы поведения; корректно и выигрышно предъявлять себя в общении; отсутствие социальных страхов и низкий уровень агрессивности и импульсивности [12].

Н.Ю. Молостова в своем диссертационном исследовании даёт определение социальной уверенности, как осознанному способу взаимодействия личности с другими людьми, применяемому на основе освоения им позитивного социального опыта в процессе ведущего вида деятельности [31].

Она выделяет такие компоненты социальной уверенности:

- самооценка составляющих своего образа Я;
- отсутствие социальных страхов, выражающихся в уровне тревожности;
- уровень эффективности социально-коммуникативных умений;
- уровень знаний о себе и обществе [31].

Зарубежные исследователи детской психологии относят уверенность в себе в наибольшей степени к социальной компетенции. А. Голфрид рассматривает уверенность в себе как способность ребенка эффективно и адекватно решать различные проблемные ситуации, с которыми он сталкивается. Р. Дзурилла утверждает, что социальная компетентность «уверенность в себе» ребенка может быть рассмотрена как достижение ребенком соответствующих социальных целей в специфических социальных условиях с использованием соответствующих средств, достигая при этом положительных сдвигов в развитии [21].

Такое определение уверенности в себе дошкольника дает отечественный психолог С.Г. Молчанов: «это свойство личности, сформированное в процессе активного творческого освоения социальных

отношений, возникающих на разных этапах и разных видах социального взаимодействия, а также усвоения ребенком этических норм, являющихся основой построения и регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций и отношений» [32].

Обобщая точки зрения различных исследователей на сущность и природу уверенности личности, можно сделать следующие выводы:

1. Уверенность в себе - это свойство личности, ядром которого выступает устойчивое позитивное отношение индивида к собственным навыкам, умениям и способностям, проявляющимся в общении и предполагающим его личную вовлеченность.

2. Уверенность формируется в процессе воспитания и научения. В основе неуверенности в себе лежат социальные страхи, отсутствие социальных навыков, негативные самооценки, нерациональные убеждения.

3. Уверенность в себе относится к базовым, интегральным, системным свойствам личности и является основой социальной компетентности, которая обеспечивает эффективность деятельности и общения, успешность адаптации в социальной среде.

При всем многообразии существующих теоретических подходов к исследованию уверенности в себе можно выделить основные: бихевиоральный (Д. Вольпе, А. Сальтер и др.), когнитивно-бихевиоральный (Р. Зигмунд, В.Г. Ромек), социально-когнитивный (А. Бандура), системный (Н.Ю. Будич, И.Г. Скотникова), многомерно-функциональный (А.И. Крупнов, М.А. Селиверстова).

Сторонники бихевиорального подхода анализируют преимущественно поведенческий и эмоциональный аспекты проявлений уверенности либо неуверенности. Возникновение неуверенности они связывают с социальными страхами и недостатком социальных навыков.

Представители когнитивно-бихевиористского подхода изучают, прежде всего, когнитивный аспект уверенности. С их точки зрения,

уверенность либо неуверенность связана со способом самовосприятия, с теми мысленными установками в отношении себя, с теми самооценками, с помощью которых человек оценивает свои личностные качества, способности, поступки и т.д.

В соответствии с социально-когнитивным подходом А. Бандуры, уверенное или неуверенное поведение объясняется тем, что человек использует стереотипы поведения, преобладающие в его социальной среде. Таким образом, социально-когнитивный подход нацелен на изучение социального плана уверенности.

Представители системного подхода в отечественной психологии рассматривают уверенность как системное психическое образование.

Наиболее целостно и полно уверенность рассматривается, с нашей точки зрения, в многомерно-функциональном подходе А.И. Крупнова и М.А. Селиверстовой. Их подход объединяет в себе все аспекты изучения уверенности и позволяет более детально изучить психологическую структуру уверенности, ее индивидуально-типические особенности, внутренние механизмы взаимодействия и взаимообусловленность различных компонентов, что создает основу для дальнейших более глубоких и комплексных исследований уверенности в себе. В психолого-педагогической литературе имеются различные точки зрения на определение понятия «уверенность в себе». Этот психологический феномен рассматривается как чувство, переживание, состояние, качество и свойство личности.

Что же касается проблемы развития уверенности в себе у дошкольников, то на основе анализа научных источников уверенность в себе дошкольника можно рассматривать как качество личности, сформированное в процессе активного творческого освоения им социальных ролей и отношений, возникающих на разных этапах его развития и разных видах социального взаимодействия. А также усвоения ребенком этических норм, являющихся основой построения и регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций и отношений.

## 1.2. Особенности развития уверенности в себе в дошкольном возрасте

Каждая личность имеет свой опыт социализации и переживания социальных эмоций и чувств, обладает определенными способностями и темпераментом, характером и волевыми качествами, мотивацией и социальными установками. Стержневым компонентом, объединяющим вокруг себя все вышеперечисленные признаки личности, выступает образ себя. Его можно охарактеризовать через представления о том, что ребенок собой представляет ("Я есть" и "Я имею"), умеет ("Я могу") и желает ("Я хочу!"), уровень самооценки и самолюбия, притязаний и, наконец, внутреннюю позицию личности к концу старшего дошкольного возраста. Каждая из составляющих Образа себя - результат психологических новообразований на этапе младенческого, раннего и дошкольного возраста, развития личности ребенка [30].

Особое место в периоде детства, как отмечает И.В. Волкова, занимает старший дошкольный возраст. Этот возраст играет особую роль в личностном развитии ребенка, у него начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения, формируется устойчивая структура мотивации; зарождаются новые социальные потребности (потребность в уважении и признании взрослого, в признании сверстников, проявляется интерес к коллективным формам деятельности); возникает основа произвольного поведения. В этом возрасте ребенок усваивает определенную систему социальных ценностей; моральных норм и правил поведения в обществе [12].

Ребенок в старшем дошкольном возрасте начинает осознавать и обобщать свои переживания. У него формируется более устойчивая самооценка и соответствующее ей отношение к успеху и неудаче в деятельности, формируется внутренняя социальная позиция.

И.В. Волкова выделяет в развитии личности старшего дошкольника две стороны. Одна из них представляет то, что ребенок постепенно начинает понимать окружающий мир и осознает свое место в нем, а это порождает новые типы мотивов поведения, под влиянием которых ребенок совершает какие-либо поступки. Другая сторона - развитие чувства и воли, которые обеспечивают действенность этих мотивов, устойчивость поведения, его независимость от изменения внешних обстоятельств [12].

Таким образом, в старшем дошкольном возрасте большие изменения происходят в психическом развитии ребенка. В этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения, старший дошкольник овладевает социальным пространством человеческих отношений через общение с взрослыми и сверстниками.

Н.Ю. Молостова в своем исследовании выделяет одно из важнейших достижений ребенка старшего дошкольного возраста, которым является осознание своего социального «Я» на основе представлений о себе, формирование внутренней социальной позиции. В старшем дошкольном возрасте в содержание представлений о себе входит отражение ребенком своих свойств, качеств, возможностей. Данные о своих возможностях накапливаются постепенно благодаря опыту разнообразной деятельности, общения. Налаживая контакты с людьми, сравнивая себя с ними, сопоставляя результаты своей деятельности с результатами других детей, ребенок получает новые знания не только о другом человеке, но и о самом себе, которые дополняются соответствующей самооценкой. Формирование образа самого себя происходит на основе установления связей между индивидуальным опытом ребенка и информацией, которую он получает в процессе общения [31].

По мнению И.В. Волковой именно в старшем дошкольном возрасте происходит развитие самосознания. Важную роль при этом играет взрослый, организуя деятельность старшего дошкольника, он помогает ребенку овладеть средствами осознания себя и самооценивания. Ведь именно

взрослые организуют повседневное поведение детей и обеспечивают упражнение в положительных поступках [12].

И.В. Волкова предъявляет требования педагогу, который организуя деятельность старшего дошкольника, должен обеспечивать следующее:

- обогащать представления детей о людях, их эмоциональных состояниях, деловых и личностных качествах, возможностях, характере взаимоотношений; использовать для этого игры, упражнения, ситуации для выражения эмоций, установления контактов, взаимопонимания;

- создавать условия для эмоционально насыщенного содержательного общения взрослого с ребенком и детей друг с другом в разных видах детской деятельности, обеспечивать в них ребенку право выбора роли, игрушки, материалов, возможность самостоятельного принятия решений;

- воспитывать у детей умение наблюдать, сопоставлять, сравнивать, оценивать свои и чужие поступки, выделять особенности другого человека и самого себя; подводить детей к пониманию последствий своих поступков, их влияния на эмоциональное состояние других людей;

- поддерживать в ребенке уважение к себе, чувство собственного достоинства; способствовать проявлению доброты, отзывчивости и других благородных качеств, всем своим видом давать ребенку понять, что взрослый готов порадоваться его успехам, посочувствовать и помочь в случае неудачи;

- развивать коммуникативные умения и социальные навыки: высказывая просьбы, поручения, предложения, называть другого человека по имени, смотреть в лицо; быть способным встать на точку зрения другого человека, посмотреть на себя со стороны, выбрать приемлемую в данной ситуации линию поведения;

- воспитывать умение прислушиваться к себе: собственным переживаниям, эмоциональным состояниям («Я рад», «Мне весело», «Я огорчен», «Мне страшно» и т.д.), учить использовать социально приемлемые способы выражения негативных эмоций; чувствовать отношение к себе окружающих; воспитывать уважение к себе, чувство собственного

достоинства; поддерживать уверенность в себе («Я могу!»), потребность в признании окружающими людьми («Я хороший!») и в проявлении самостоятельности; одновременно, помогать ребенку анализировать и адекватно оценивать свои возможности в различных видах деятельности («Умею интересно играть, но не очень хорошо танцую» и т.д.) [12].

Организуя деятельность старшего дошкольника, взрослые предъявляют детям требования и оценивают их поступки, тем самым добиваясь от детей выполнения правил. Постепенно и сами дети начинают оценивать свои поступки, исходя из представлений о том, какого поведения ждут от них окружающие.

Психологи под термином «самосознание» обычно подразумевают существующую в сознании человека систему представлений, образов и оценок, которые относятся к нему самому и выделяют две взаимосвязанные составляющие самосознания: содержательную - знания и представления о себе (Кто я?), и оценочную, или самооценку (Какой я?).

В старшем дошкольном возрасте содержательный и оценочный аспекты самосознания являются единым целым, так как любое суждение ребенка о себе, в той или иной мере включает и самооценку. Представления о своих индивидуальных качествах, возникая, сразу же обрастают и определенным отношением к себе.

У ребенка в процессе развития, утверждает Н.Ю. Молостова, формируется не только представление о присущих ему качествах и возможностях (образ реального «Я» - «какой я есть»), но также и представление о том, каким он должен быть, каким его хотят видеть окружающие (образ идеального «Я» - «каким бы я хотел быть») [31].

В старшем дошкольном возрасте позиция близости реального и идеального «Я» является наиболее благоприятной (Л.И. Божович и др.), так как служит пусковым механизмом актуализации одной из важнейших потребностей личности - потребности в самосовершенствовании, саморазвитии и составляет основу целеполагания [7].

Таким образом, если у ребенка «позиция близости двух Я» присутствует, это свидетельствует о его самоидентификации, то есть о его уверенности в себе, уверенности в том, что он хороший, любимый. А уверенность в себе обеспечивает ребенку адекватное отношение к позитивным и негативным ситуациям, адекватное восприятие собственного опыта успехов и неудач.

Одной из особенностей развития уверенности в себе в старшем дошкольном возрасте является развитие готовности ребенка к освоению социальных ролей. При этом происходит самоопределение – выбор детьми своей роли и позиции в общей системе социальных отношений, включенность в эту систему на основе сформированных интересов и потребностей. Психологи выделяют три сферы, в которых происходит процесс становления индивида: деятельность, общение, самосознание.

У детей 5-7 лет освоенные способы деятельности, а также ценностные ориентации (представления о мере допустимого и недопустимого, о добре и зле, о нормах поведения и общения) сформированные в элементарном виде, создают основу для выбора ребенком «правило сообразной линии поведения в новых условиях».

Б.Г. Ананьев считал уверенность в себе наиболее сложным продуктом сознательной деятельности ребенка и отмечал, что она является прямым отражением оценок взрослых. Подлинная же уверенность в себе появляется тогда, когда она наполняется новым содержанием, благодаря «личному участию» в ее производстве самого ребенка [2].

С.Г. Молчанов выделяет другой важнейший показатель личностного развития ребенка – освоение им ведущей деятельности, соответствующей его возрасту, как целостного отношения к миру. Исследователь исходит из того, что мерой освоения деятельности является наличие активных самостоятельных действий, отступающих от стереотипа или образца, заданного взрослым [32].

В старшем дошкольном возрасте появляются качественно новые элементы во взаимоотношениях ребенка с взрослыми и сверстниками. Дети этого возраста активно проявляют интерес к содержательному общению. Авторитет взрослого, его оценочные суждения накладывают серьезный отпечаток на поведение ребенка. Также старшие дошкольники проявляют активное стремление к общению со сверстниками в разных видах деятельности, в результате, которого формируется «детское общество» [32]. Это создает определенные предпосылки для воспитания коллективных взаимоотношений. В игре, труде, общении дети 5-7 лет осваивают умения коллективного планирования, учатся согласовывать свои действия, справедливо разрешать споры и добиваться общих результатов.

В старшем дошкольном возрасте, согласно исследованиям С.Г. Молчанова, происходит дальнейшее развитие положительных чувств по отношению к сверстникам. Поэтому очень важно развивать в этом возрасте основы чувства коллективизма: проявление детьми дружеского расположения друг к другу, отзывчивости, заботы, стремления к сотрудничеству, достижению общих целей, готовности прийти на помощь [32].

И.В. Волкова отмечает, что в игре и труде детей зарождаются начальные формы чувства долга и ответственности, а это играет большую роль в развитии уверенности в себе. Фундаментом развития этих чувств являются впечатления о явлениях общественной жизни, эмоционально насыщенные знания, которые получают дети при ознакомлении с художественной литературой, изобразительным искусством, участии в практической деятельности [12].

Усвоение правил поведения в коллективе, участие в совместной деятельности со сверстниками развивает взаимоотношения детей. Выполнение правил поведения требует от дошкольников умения понимать ситуацию и настроение окружающих, сдерживать непосредственные побуждения (проявлять выдержку, терпение, уступчивость).

Трудовая деятельность имеет общественно полезную направленность, которая является новым элементом коллективного образа жизни детей старшего дошкольного возраста. Участие в общей работе, дежурствах, выполнение отдельных поручений развивают у дошкольников элементы соподчинения, взаимного контроля, чувство ответственности за результаты порученного дела, а это поднимает у ребенка уровень уверенности в себе.

В старших группах дошкольной образовательной организации продолжается воспитание самостоятельности, которая является отличительной чертой поведения ребенка 5-7 лет. Н.Ю. Молостова считает, что внимание педагога должно быть направлено на развитие инициативы, самоорганизации и самоконтроля, произвольного, волевого поведения детей в разных видах деятельности [31].

Самостоятельность, по мнению С.Г. Молчанова, является важной составляющей уверенности в себе и развивается как нравственно-волевое качество [31]. В старшем дошкольном возрасте она тесно связана с воспитанием у детей способности управлять своим поведением, проявлять полезную инициативу, настойчивость в достижении цели и результата. Она предполагает умение руководствоваться в действиях нравственными представлениями о правилах поведения: не подавлять инициативу менее самостоятельных сверстников, учитывать их интересы, проявлять взаимопомощь.

Накопление индивидуального опыта обеспечивает самостоятельность ребенка в коллективной деятельности и общении, поэтому воспитание самостоятельности тесно связано с развитием умений в различных видах деятельности.

Стимулом к проявлению самостоятельности является позитивная оценка педагога, создание общественного мнения, а также активно поддерживаемое педагогом стремление старших дошкольников быть такими же самостоятельными, как школьники.

На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы можно выделить ряд особенностей развития уверенности в себе у старших дошкольников:

- готовность на основе сформированных интересов и потребностей его к освоению социальных ролей;
- коммуникабельность в сфере взаимоотношений со сверстниками и взаимодействия ребенка с другими людьми;
- организованность поведения на основе умения сознательно выполнять правила поведения, установленные в группе;
- самостоятельность, как нравственно-волевое качество и др.

Таким образом, воспитание уверенности в себе необходимо проводить в рамках дошкольных организаций, используя при этом специальные образовательные программы, освоение которых ребенком одновременно выполняет две функции: обеспечивает формирование определенных личностных новообразований и является формой диагностики, базирующейся на оценке степени освоения дошкольником этих программ.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования для успешной реализации Программы должны быть обеспечены различные психолого-педагогические условия, одно из которых как раз и направлено на развитие уверенности в себе у дошкольников: «уважение взрослых к человеческому достоинству детей, развитие и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях» [54].

### 1.3. Педагогические условия развития уверенности в себе у старших дошкольников

Опираясь на диссертационное исследование И.В. Волковой [12], мы выделяем в структуре уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста, наряду с другими такие структурные компоненты:

1. Умение гармонично взаимодействовать:

- с самим собой (положительный образ Я, адекватная самооценка);
- со сверстниками, взрослыми (развитые социально-коммуникативные навыки);
- с социальной средой (отсутствие социальных страхов);

2. Низкий уровень импульсивности и агрессивности.

Но по ее мнению, знание структуры уверенности в себе, проявлений ее в поведении не дают ясного представления о способах ее развития [12]. Об этом свидетельствует тот факт, что на современном этапе неуверенных в себе детей появляется все больше, в результате чего проблема неуверенности становится актуальнее и острее.

Причинами ее возникновения являются различные факторы: социальная обстановка, условия жизни семей, одиночество детей вне детских дошкольных учреждений, а это порождает рост неуверенных детей, а значит - социально-неблагополучное, неуспешное поколение. Это тревожит и родителей, и педагогов, которые в большинстве случаев не понимают причин затруднений ребенка, его дезадаптации в обществе и, как следствие, не могут оказать своевременной и эффективной помощи [12].

Многие психологи (Б.Г. Ананьев, В.В. Зеньковский, Е.П. Ильин, В.Г. Ромек и др.) рассматривают взаимосвязь неуверенности со всей сферой самосознания: с низкой самооценкой и низким уровнем притязаний ребенка,.

Развитие уверенности в себе как качества личности заключается в поиске путей решения этой задачи, в создании педагогических условий и организации деятельности, которые в совокупности не только бы формировали уверенность в себе, но и предотвращали бы появление у развивающейся личности неуверенности.

С.Я. Батышева и А.М. Новикова раскрывают понятие «педагогическое условие» как целенаправленно созданная обстановка (среда), в которой в тесном взаимодействии представлены совокупности психологических и педагогических факторов (отношений, средств и т.д.), позволяющих педагогу эффективно осуществлять воспитательную и образовательную работу [38].

И.В. Волкова в своей диссертации предлагает следующие педагогические условия развития уверенности в себе:

1. формирование положительного образа Я и самоутверждающих форм поведения (стимулирование мотивов самосовершенствования, которые является путем формирования себя как личности, развития способностей, приобретения знаний и умений; дать возможность ребенку проявить себя, не боясь быть непонятым или осмеянным).

2. развитие у старших дошкольников социально-коммуникативных навыков и умений (деятельность должна стимулировать взаимодействие с окружающими, общение с людьми, оказание и принятие помощи, формируя при этом просоциальное поведение, способности к эмпатии).

3. совершенствование механизмов адаптации к социальной среде, регулирующих: агрессивность, импульсивность, тревожность («гасить» агрессивность, направлять ее в безопасное русло; развивать волю, способность действовать в своих интересах не за счет интересов других; стимулировать мотив достижения цели) [12].

Изучив и проанализировав диссертационные исследования и другие научные источники, мы выделили следующие педагогические условия, обеспечивающие развитие уверенности в себе в старшем дошкольном возрасте:

- содействие формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки;

- обеспечение активного участия детей в различных видах деятельности и общения, дающего возможность каждому проявить себя;

- закрепление положительных переживаний детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности;
- развитие социально-коммуникативных способностей и умений;
- способствование уважению взрослых к человеческому достоинству детей, развитию и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях.

Обратимся к первому условию – содействие формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки.

В психологическом словаре понятие «Образ Я» (в широком смысле) трактуется как представление индивида о себе самом; самооценка (в широком смысле) - аффективная оценка этого представления [39]. В развитии личности ребенка самооценка играет очень важную роль, от нее во многом в дальнейшей жизни будет зависеть успешность человека.

По мнению О.А. Белорыбкиной самооценка - это оценка личностью самой себя, своих возможностей, способностей, качеств и места среди других людей. [5].

Е.З. Басина исследует формирование адекватного образа «Я» у ребенка при гармоничном сочетании знаний, почерпнутых им из собственного опыта (что я могу сделать? как я поступил?) и из общения с взрослыми, в первую очередь с родителями и сверстниками [3]. Положительная оценка деятельности ребенка взрослым стимулируют его, формируют нравственные привычки поведения. А это имеет большое значение в формировании самооценки ребенка, в связи с этим возникают такие личностные качества, как: самоуважение, совесть, гордость, тщеславие, честолюбие. Ребенок начинает понимать, что себя можно уважать, презирать, гордиться собой.

Зарождается самооценка на основе первоначальной эмоциональной самооценки («Я хороший») и оценки чужого поведения во второй половине дошкольного возраста. Ребенок приобретает сначала умение оценивать

действия других детей, а затем - собственные действия, нравственные качества и умения. Ребенок пятилетнего возраста, оценивая свои практические умения, как правило, преувеличивает свои успехи и достижения. В шесть лет сохраняется завышенная самооценка, но в это время дети хвалят себя уже в менее открытой форме. К семи годам у большинства дошкольников самооценка становится более адекватной, хотя в целом самооценка дошкольника все равно остается достаточно высокой, что помогает ему осваивать новые виды деятельности [5].

Самооценка очень динамична: она возникает, удерживается или исчезает, тем более у ребенка, когда его психика достаточно пластична. Самооценка бывает адекватной (соответствующей имеющимся у дошкольника качествам и возможностям) и неадекватной (завышенной или заниженной). Неадекватность самооценки - один из самых неблагоприятных факторов психологического и нравственного развития личности [5].

По мнению Л.В. Бороздиной самооценка детей старшего дошкольного возраста развивается в зависимости от особенностей воспитания. Она считает, что адекватная самооценка формируется, если: родители уделяют ребенку достаточно много времени; оценивают его положительно, но не слишком высоко; часто поощряют, но не подарками; наказывают в виде отказа от общения; адекватно оценивают физические и умственные данные; делают прогнозы на хорошие успехи в деятельности [9].

При таких условиях у ребенка к концу дошкольного детства формируется адекватная самооценка, эти дети уверены в себе, активны, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, настойчивы в достижении цели, стремятся к сотрудничеству, общительны и дружелюбны.

Завышенная самооценка формируется, если: родители уделяют ребенку очень много времени; оценивают его выше, чем большинство сверстников; очень часто поощряют, (в том числе подарки); практически не

наказывают; очень высоко оценивают его физические и умственные данные; ожидают от ребенка отличные успехи в деятельности [9].

Детей с неадекватно завышенной или заниженной самооценкой легко отличить. В первом случае эти дети очень подвижны, не сдержаны, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, в основном не доводят начатое дело до конца, не пытаются анализировать свои поступки; не осознают своих неудач; проявляют доминирование и демонстративное поведение. Дети же с заниженной самооценкой напротив, очень нерешительны, малообщительны, недоверчивы, молчаливы, скованны; тревожны, не уверены в себе; очень трудно включаются в любую деятельность; от решения задач отказываются, если они кажутся им сложными; имеют низкий социальный статус в группе сверстников.

Заниженная самооценка формируется, если: родители уделяют ребенку очень мало времени; оценивают его ниже, чем большинство сверстников; не поощряют; часто наказывают, упрекают; низко оценивают его физические и умственные данные; не ожидают от ребенка успехов в деятельности и в жизни [9]. Заниженная самооценка является фактором, который тормозит развитие личности ребенка и проявляется негативная самооценка может от снижения работоспособности до проявления агрессии.

Негативная самооценка может привести к развитию нерешительности, застенчивости, эмоциональной неустойчивости, страхам, тревожности, конфликтности, агрессивности [9].

Неадекватно завышенная самооценка не менее вредна, чем заниженная самооценка. Она приводит к переоценке своих сил, эгоизму, наплевательскому отношению к точке зрения и мнению окружающих, а в случае неудачи или неуспеха может ввергнуть человека в депрессивное состояние.

Поэтому так важно формирование адекватной самооценки начинать с дошкольного детства и немаловажная роль в этом вопросе отводится педагогу, работающему с детьми старшего дошкольного возраста. Е.З.

Басина в своих работах предлагает педагогу придерживаться следующих правил при формировании у ребенка положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки:

1. демонстрировать доброжелательное отношение к ребенку, положительно оценивать его как личность. Как можно чаще называть ребенка по имени, хвалить его в присутствии других детей и взрослых («Я знаю, ты очень старался», «Ты умный мальчик»);

2. не бояться указывать в тактичной форме ребенку на его ошибки («Аппликация хорошая, но зайчонок у тебя, Илюша, сегодня не получился»). Результаты же работы ребенка с заниженной самооценкой следует сравнивать не с работами других детей, а с его собственными результатами, которых он достиг вчера или несколько дней назад («Ваня, сегодня ты рассказал стихотворение лучше, чем вчера»). Таких детей нужно поощрять как можно чаще;

3. обсуждать вместе с ребенком способы исправления ошибок и допустимых в данной ситуации форм поведения («Как ты думаешь, что можно сделать, чтобы Катя тебя простила?», «Ты нечаянно толкнул Мишу, он заплакал, подумай, как поступить в этой ситуации?»);

4. обязательно выражать уверенность в том, что у ребенка все получится. («Завтра зайчонок выйдет особенно красивым», «Ребята, Саша не будет больше никого обижать») [3].

О.А. Белобрыкина рассматривает влияние различных стилей педагогического воздействия на формирование адекватной самооценки у старших дошкольников. Демократический стиль руководства она считает наиболее приемлемым в развитии этого качества, так как ребенок рассматривается как равноправный партнер в общении и познавательной деятельности. Педагог привлекает детей к принятию решений, учитывает их мнения, поощряет самостоятельность суждений, учитывает не только умственные данные, но и личностные качества. Методами воздействия

являются побуждение к действию, совет, просьба, вследствие чего дети проявляют активность, обнаруживают адекватную самооценку[5].

Большое значение в развитии уверенности в себе у дошкольника с неадекватной самооценкой играет поощрение или наказание. К похвале воспитателя дети с завышенной самооценкой относятся как к чему-то само собой разумеющемуся, ее отсутствие может вызвать у них недоумение, тревогу, обиду, иногда раздражение и слезы. На порицание они реагируют по-разному. Одни дети игнорируют критические замечания в свой адрес, другие отвечают на них повышенной эмоциональностью. Некоторых детей одинаково привлекают и похвала и порицание, главное для них - быть в центре внимания взрослого. Дети с неадекватно завышенной самооценкой нечувствительны к неудачам, им свойственны стремление к успеху и высокий уровень притязаний.

В работе с дошкольниками с заниженной самооценкой необходимо помнить, что для них очень значима оценка педагога. Эмоциональная поддержка, похвала могут частично снять неуверенность в себе и тревожность. Порицание и окрики, напротив, усугубляют негативное состояние ребенка, приводят к уходу от деятельности, он становится пассивным, заторможенным, не понимает, что от него требуют. Такого ребенка не следует торопить с ответом, надо дать ему возможность собраться с мыслями. Задача взрослых в работе с такими детьми - обеспечить успех деятельности, дать возможность ребенку поверить в свои силы.

Оценочная деятельность взрослого должна выражать доброжелательность, аргументирование своих требований и оценок, гибкое использование оценок, без стереотипов, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, положения ребенка в группе сверстников. Если оценка негативная, то ее необходимо смягчать предвосхищающей положительной, использовать примеры положительного подкрепления - улыбку, похвалу, одобрение. Применение этой схемы педагогами и родителями при оценке деятельности и поведения детей

старшего дошкольного возраста обеспечивает формирование адекватной самооценки, создание позитивного образа Я.

Таким образом, педагогам необходимо знать и помнить, что все оценочные воздействия взрослого влияют на становление самооценки ребенка. Оценка дошкольником самого себя напрямую зависит от оценки взрослого. Заниженные оценки оказывают самое отрицательное воздействие, а завышенные искажают представления детей о своих возможностях в сторону преувеличения результатов, но в то же время играют положительную роль в организации деятельности, мобилизуя силы ребенка. Оценка же дошкольником себя происходит труднее, чем сверстника. К ровеснику он более требователен и оценивает его более объективно.

Е.З. Басина считает, что формированию адекватной самооценки и положительного образа Я, способствует помощь педагога в преодолении у ребенка чувства страха, гнева, ревности. Когда он добивается, чтобы его воспитанники чувствовали себя ответственными за свое поведение, когда относится с уважением ко всем членам семьи ребенка [3].

На основе развития познавательной и мотивационной сферы к концу дошкольного периода появляется важное новообразование - ребенок оказывается способным в особой форме сознавать и самого себя и то положение, которое он в данное время занимает, т.е. у ребенка появляется «осознание своего социального «я» и возникновение на этой основе внутренней позиции. Возрастает в этот период и самостоятельность, критичность детской оценки и самооценки, что играет важную роль в психологической готовности дошкольника к обучению в школе, в переходе к следующей возрастной ступени.

Формирование адекватной самооценки и умения видеть свои ошибки и правильно оценивать свои действия - основа формирования самоконтроля и самооценки, а это имеет огромное значение для дальнейшего развития личности, сознательного усвоения норм поведения, следования положительным образцам.

Второе условие предполагает обеспечение активного участия детей в различных видах деятельности и общения, давая возможность каждому проявить себя.

Данное условие мы рассмотрим на основе формирования у детей старшего дошкольного возраста личностных качеств, определяемых целевыми ориентирами ФГОС [54].

Для того чтобы дошкольник мог проявить себя в различных видах деятельности и общения, у него должны быть сформированы такие качества личности, как самостоятельность и инициатива. В педагогической литературе существуют различные точки зрения на определение понятия «самостоятельность».

По мнению Н.В. Микляевой, самостоятельность - это умение не поддаваться влиянию различных факторов, действовать на основе своих взглядов и убеждений [30].

Р.С. Буре определяет самостоятельность как общую характеристику регуляции (управления) личностью своей деятельности, отношений и поведения [11].

В.А. Лабунская рассматривает это понятия как постепенно развивающееся качество, высокая степень которого характеризуется стремлением к решению задач деятельности без помощи со стороны других людей. А также умением поставить цель деятельности, осуществить элементарное планирование, реализовать задуманное и получить результат, адекватный поставленной цели, а так же способствовать проявлению инициативы и творчества в решении возникающих задач [26].

Таким образом, самостоятельность – это свойство личности, которое проявляется в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение, а инициативность является частным случаем самостоятельности, стремлением к инициативе. Это и мотивационное качество, и волевая характеристика поведения человека.

Инициативность является неременным условием совершенствования всей познавательной деятельности ребенка, но особенно творческой [54]. Инициативный ребенок стремится к организации игр, изобразительных видов деятельности, содержательного общения, он умеет найти занятие, соответствующее собственному желанию; включиться в разговор, предложить интересное дело другим детям. В дошкольном возрасте инициативность связана с проявлением любознательности, пытливости ума, изобретательностью. Инициативный ребенок отличается содержательностью интересов.

Самостоятельная деятельность детей - одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста и предполагает потребность заниматься любимым делом [20]. Дети объединяются в подгруппы по интересам и индивидуально-личностным особенностям, для игровой деятельности, занятий творчеством, театральнo-игровой деятельностью, экспериментированием.

Главный принцип самостоятельной деятельности ребенка - дошкольника: поддержка инициативы в различных видах деятельности, стремление к поддержке разнообразия детства, сохранению уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека [20].

Инициативное поведение ребенка, позитивная свобода и самостоятельность будет развиваться при условии воспитания на принципах любви, понимания, терпимости и упорядоченной деятельности.

Инициативный ребенок должен уметь реализовать свою деятельность творчески, проявлять познавательную активность. Развитие творчества зависит от уровня развития когнитивной сферы, уровня развития творческой инициативы, произвольности деятельности и поведения, свободы деятельности, предоставляемой ребенку, а также широты его ориентировки в окружающем мире и его осведомленности.

Итак, для инициативной личности характерно: произвольность поведения; самостоятельность; развитая эмоционально волевая сфера;

инициатива в различных видах деятельности; стремление к самореализации; общительность; творческий подход к деятельности; высокий уровень умственных способностей; познавательная активность. Инициативная личность развивается в деятельности. А так как ведущая деятельность ребенка дошкольного возраста - игра, то, чем выше уровень развития творческой инициативы, тем разнообразнее игровая деятельность и следовательно динамичнее развитие личности.

Оценивая самостоятельную игровую деятельность воспитанников основными критериями должны выступать: игровое поведение; способы распространения игры; умение ребенка, в зависимости от собственного замысла, включать в игру условные действия с предметами, ролевые диалоги, комбинирование разнообразных событий.

Н.А. Короткова и П.Г. Нежнов для обеспечения активного участия детей в различных видах деятельности и общения, в своих работах обращают внимание на следующие способы развития инициативности:

- давать простые задания, поручения (снятие страха не справится, создание ситуаций успеха);
- давать задания, представляющие для ребенка интерес или такие, в которых он проявляет личную заинтересованность что-то делать;
- учить детей адекватно реагировать на собственные ошибки (быть готовым платить за ошибки и неудачи), таким образом, поддерживая инициативу [23].

Самостоятельная изобразительная деятельность ребенка возникает по его инициативе для удовлетворения индивидуальных потребностей (сделать кому-либо подарок, смастерить поделку). В данном случае задачей взрослого является развитие самостоятельности, используя подсказки, привлекая внимание к объекту, задавая вопросы, но, не нарушая замысла ребенка. Организуя самостоятельную деятельность детей, воспитатель особое значение придает формированию доброжелательных отношений между

ними. Поэтому в ДОО должны быть созданы условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие детей [54].

Каждая деятельность оказывает своеобразное влияние на развитие разных компонентов самостоятельности. Так, игра способствует развитию активности и инициативы (Н.Я. Михайленко, Д.Б. Эльконин), в трудовой деятельности заложены благоприятные возможности для формирования целенаправленности и осознанности действий, настойчивости в достижении результата (М.В. Крулехт, В.И. Логинова), в продуктивных видах деятельности формируются независимость ребенка от взрослого, стремление к поиску адекватных средств самовыражения.

К старшему дошкольному возрасту самостоятельность репродуктивного характера сменяется самостоятельностью с элементами творчества, повышается уровень осознанности, самоконтроля, самооценки дошкольника.

В самостоятельной деятельности детей, лежит личная заинтересованность, т.е. внутренняя мотивация. Мотивом может быть и интерес, и желание помочь кому-либо, и стремление получить похвалу, и необходимость удовлетворить какие-то иные свои потребности. В любом случае, внутренняя мотивация вызывает подъем физических сил, всплеск эмоций, активацию мышления. Мотив формирует цель, а именно цель занимает ведущее место в любой деятельности. Получив определенный продукт собственной деятельности, ребенок, анализирует: достиг он или нет своей цели, т.о., происходит самооценка и самоконтроль.

При взаимодействии с окружающим миром ребенок в активной форме осуществляет отношения к нему, т.е. проявляет физическую, эмоциональную, умственную активность, в результате чего появляются новые качества личности, физические изменения в организме, преобразования в среде, окружающей ребенка.

Дошкольник постоянно взаимодействует со сверстниками и взрослыми и, по мнению Н.А. Коротковой и П.Г. Нежнова, он

самостоятельно вырабатывает свое отношение к ним, основываясь на полученных переживаниях, которые могут быть приятными и неприятными для него. Позитивное или негативное отношение определяется характером активности [23]. Позитивное отношение, возникшее на основе положительных эмоций (радости, удовольствия) придает ребенку силы для реализации желаний, раскрытия личностного потенциала, достижения результатов. Негативное же напротив, возникает на основе отрицательных эмоций (страха, сомнения) и ведет к возникновению «защитных» стереотипов поведения. Эффективность взаимодействия ребенка старшего дошкольного возраста со сверстниками и взрослыми зависит от уверенности ребенка в себе и в своих возможностях, поэтому важно развить в процессе общения социальные способности детей [23]. Дефицит социальных навыков, привитые ребенку неэффективные способы поведения поддерживают неуверенность, возникают страхи, негативные эмоции, такие как тревожность, чувство вины, гнев. В старшем дошкольном возрасте, когда у ребенка формируется устойчивое представление о самом себе, неуверенность может стать личностным качеством.

Взаимодействуя же с другими детьми, ребенок видит отражение себя, находит понимание своего состояния, чувство общности дает ему большие силы для развития и самоутверждения. Если старший дошкольник находится в группе сверстников, где царит атмосфера доброжелательности, уважения, он получает важный для своего развития опыт познания себя. Это постепенно встраивается в структуру личности ребенка и становится для него установкой.

Итак, опыт общения и взаимоотношений старшего дошкольника со сверстниками, родителями, взрослыми имеет огромное значение для его психического и личностного развития. Как пишут Н.А. Короткова и П.Г. Нежнов, опыт взаимодействия, приобретенный в дошкольном детстве, определяет характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми и в последующей его жизни. Взрослому необходимо знать возможные причины

возникновения детских конфликтов, прогнозировать поведение детей и специально обучать наиболее оптимальным способам их взаимодействия [23].

Третье условие развития уверенности дошкольника – это закрепление положительных переживаний детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности.

В.Д. Калишенко считает, что популярность ребенка в группе, его общая самооценка зависят в первую очередь от успеха, которого он добивается в совместной с детьми деятельности [19]. Создание ситуации успеха, как отмечает ученый, является одним из приемов формирования адекватной самооценки дошкольников. Поэтому, обеспечение успеха в деятельности детям малоактивным, не пользующимися значительной популярностью среди сверстников может привести к изменению их позиции и стать эффективным средством нормализации их отношений с другими детьми. Ведь даже незначительные успехи способны повысить самооценку, уверенность в себе. Задачей педагога в данном случае является выявление в каждом ребенке, того за что его можно похвалить.

В дошкольной образовательной организации, отмечает В.Д. Калишенко, на развитие уверенности в себе большое влияние может оказать правильно организованные такие формы работы, как утреннее приветствие и вечернее прощание [19].

Приветствие детей в начале дня выполняет функцию установления эмоционально позитивного контакта педагога с каждым ребенком и формирует направленность ребенка на сверстника и взрослого. Прощание в конце дня с каждым ребенком позволяет закрепить положительные переживания различных ситуаций совместной деятельности и взаимоотношений в группе.

Утренняя встреча детей педагогом и прощание в конце дня должны быть эмоциональными, доброжелательными, помогающими создавать у неуверенных в себе детей ощущение спокойствия, безопасности, поддержки

и способность к более открытому выражению чувств детей, групповой сплоченности. Эта форма работы важна и для осознания неуверенным ребенком чувства общности со сверстниками. Кроме этого, она помогает установлению детьми контактов с другими людьми, развивает наблюдательность, интерес и внимание к ним и способствует более глубокому переживанию ребенком своей значимости в группе сверстников [19].

Для формирования уверенности в себе детям необходим и опыт побед. Обычно с 5 лет дети любят играть с взрослыми в настольные игры с игровым полем, когда все по очереди бросают кубик, передвигая фишки и стараясь дойти первыми до цели. Дети очень стремятся к победе и эта победа необходима ребенку, проигрывать он научится позже. Полезны любые соревнования, в которых ребенок может побеждать и видеть внешний эффект своих успехов. Это могут быть и познавательные задания, и деятельность, в которой взрослый некомпетентен. К примеру, если ребенок осваивает игру на музыкальных инструментах, занимается каким-либо видом спорта, изучает иностранный язык и т.д.

Итак, опыт успехов и побед является важнейшим условием формирования уверенности в себе у дошкольников и очень важен для малыша, как и предоставление, ему возможности быть полезным своим близким. Принося пользу, ребенок ощущает, что от его действий что-то зависит, что он влияет на окружающую среду, его самооценка в данном случае сразу же возрастает.

Четвертое условие предусматривает развитие социально-коммуникативных способностей и умений.

К.Д. Халина и Т.В. Капустина в развитии социально-коммуникативных способностей детей выделяют такие составляющие как общение и коммуникация.

С точки зрения этих исследователей, общение - сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми,

порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание другого человека [51].

Многие дошкольники испытывают серьезные трудности в общении со взрослыми и сверстниками. Некоторые дети не умеют по собственной инициативе обратиться к другому человеку, порой даже стесняются ответить соответствующим образом, если к ним обращается кто-либо. Они не могут поддержать и развить установившийся контакт, адекватно выражать свою симпатию, сопереживание, поэтому часто конфликтуют или замыкаются в одиночестве.

Общительность, по мнению К.Д. Халиной, Т.В. Капустиной, умение контактировать с окружающими людьми - необходимая составляющая самореализации человека, его успешности в различных видах деятельности, расположенности и любви к нему окружающих людей [51]. Общительность направлена на развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.

Освоение ребенком культуры, общечеловеческого опыта невозможно без взаимодействия и общения с другими людьми. В своем исследовании авторы отмечают, что именно через коммуникацию происходит то самое развитие сознания и высших психических функций [51]. А умение ребенка позитивно общаться позволяет ему жить комфортно среди людей. Благодаря общению он не только познает другого человека, но и все больше познает самого себя.

Коммуникация предполагает (К.Д. Халина, Т.В. Капустина) осуществление передачи содержания социально-исторического опыта человечества; обмен мыслями, переживаниями по поводу внутреннего и окружающего мира; побуждение и убеждение собеседников действовать определенным образом; передача опыта различных видов деятельности и обеспечения их освоения [51].

Согласно С.В. Борисневу, под коммуникацией следует понимать социально-обусловленный процесс передачи и восприятия информации в условиях межличностного и массового общения по различным каналам с помощью разных коммуникативных средств [8]. В отличие от общения, коммуникация предполагает наличие цели как минимум у одного из участников.

В коммуникативном процессе ребенком приобретаются такие необходимые способности и умения, как легкость установления контакта, поддержание разговора, умения слушать и высказать свою точку зрения, аргументировать и отстаивать свою позицию, возможность прийти к компромиссному решению, умение внимательно слушать партнера и понимать его точку зрения.

У ребенка в дошкольном возрасте коммуникативные способности представлены словами, обозначающими взаимоотношения между людьми, правилами поведения в обществе, формируется его образная речь.

Следует помнить, что результаты коммуникативных способностей дошкольников зависят от профессионализма и желания взрослых и дают возможность в перспективе легко усваивать школьную программу и стать успешными людьми во взрослой деятельности.

По мнению К.Д. Халиной и Т.В. Капустиной, социально-коммуникативные способности и умения развиваются в повседневной деятельности. Они проявляются в чувстве единства, сплоченности, умении действовать в коллективе, снятии телесных барьеров. А также в умении устанавливать доброжелательные отношения, замечать положительные качества других и выражать это словами, делать комплименты; умении решать конфликтные ситуации и преодоление конфликтов в общении друг с другом; развитии невербальных и предметных способов взаимодействия; создании благоприятной атмосферы непосредственного, свободного общения и эмоциональной близости [51].

Педагогам и родителям важно, помочь старшему дошкольнику приобрести такие навыки и умения: овладение речью, легкое вхождение в контакт с людьми, умение общаться в различных ситуациях, быть настроенным на конструктивный диалог, умение успешно взаимодействовать с партнерами по общению и т.д. Не менее важно, чтобы дети были готовы пополнять свои знания, опираясь на ранее приобретенные. Все это поможет старшему дошкольнику легче адаптироваться к условиям школьной жизни, и, следовательно, быть социально-активной личностью, умеющей самореализоваться.

Пятое условие развития уверенности в себе у старших дошкольников заключается в уважении взрослых к человеческому достоинству детей, развитии и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях. Это условие выделено нами согласно ФГОС ДО для успешной реализации Программы, которое направлено на развитие уверенности в себе у дошкольников.

В старшем дошкольном возрасте общение ребенка с взрослым приобретает совершенно новые формы и содержание, когда распадается ситуация совместной деятельности с взрослым. А центральным новообразованием становится «система Я» и активное речевое развитие, что способствует установлений отношений ребенка с более широким кругом взрослых.

ФГОС ДО определяет условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующие специфике детей старшего дошкольного возраста:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
  - непосредственное общение с каждым ребенком;
  - уважительное отношение к каждому ребенку, его чувствам и потребностям;
- 2) поддержка индивидуальности и инициативы через:

- создание условий свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;

- не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);

3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащим к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;

- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих решать конфликтные ситуации со сверстниками;

- развитие умения детей работать в группе сверстников;

4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития), через:

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;

- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;

- оценку индивидуального развития детей;

5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей [54].

Если взрослые изначально относятся к ребенку как значимому человеку, уважают его достоинство, формируют его положительную самооценку, то они создают условия для развития полноценной гармоничной личности. А первый человек в детском саду, кому досталась эта важная миссия, это воспитатель. Воспитатель - лицо, осуществляющее воспитание, принимающее на себя ответственность за условия жизни и развитие личности другого человека [20].

Поэтому для реализации данного условия нами были выделены следующие показатели: воспитатель ласково, с улыбкой обращается к ребенку; внимателен к настроению, желаниям, достижениям детей. Воспитатель поощряет самостоятельность детей; приветствует высказывания детей о своих мыслях и чувствах; словесно поощряет действия детей, отмечает достижения ребенка. Пороки воспитания относятся к действиям ребенка, а не к его личности; при этом дается образец действия.

Педагог дошкольного образовательного учреждения одновременно выступает субъектом и объектом познания детей. Поэтому и результативность его труда обусловлена, не только умением понять ребенка, но и тем, как дети отражают, интерпретируют его облик, поведение, возможности, как относятся к нему.

По мнению Е.О. Смирновой, дошкольники перенимают стиль общения и настроение от взрослых, которые находятся с ними продолжительное время и принимают участие в их развитии и воспитании [49]. И если настроение воспитателя нестабильно и часто негативно, то дети усваивают негативные стороны поведения. Важный фактор психологического благополучия детей в группе - это проявление положительного отношения воспитателя к детям.

Автор отмечает что, многие воспитатели забывают о важном правиле воспитания, что поощрять и наказывать детей необходимо, но не переходить на личности, а указывать на достижения и ошибки в деятельности [49].

Воспитатели, не осознающие важности уважения личности маленького ребенка, могут нанести вред дошкольнику, приписывая ему качества, которых у ребенка еще нет (лень, лживость, неаккуратность) и которые могут закрепиться у него в старшем возрасте.

Чтобы дошкольники могли понять свои промахи, исправить их и не повторять, воспитателю необходимо дать разумное пояснение их действиям, не заостряя внимание на негативном моменте, а делая акцент на правильное поведение.

Таким образом, одна из важнейших задач педагогов заключается в развитии у детей уверенности в себе и своих силах, а также позитивного отношения к себе и окружающему их миру. Развитие уверенности у старших дошкольников развивается в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Родителям и педагогам, необходимо воспитывать в ребенке способности преодолевать любые препятствия, добиваться результата и успеха. Это способствует поддержанию психологического здоровья и становлению активной личности, которая будет успешно адаптироваться и функционировать в постоянно изменяющихся условиях окружающего мира, а значит будет личностью уверенной в себе и своих возможностях.

#### Выводы по первой главе

На основании изученной психолого-педагогической литературы по проблеме развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста мы установили следующее. Уверенность - это свойство личности, ядром которого выступает устойчивое позитивное отношение индивида к собственным навыкам, умениям и способностям, проявляющимся в общении и предполагающим его личную вовлеченность. Уверенность формируется в процессе воспитания и научения. Уверенность относится к базовым интегральным системным свойствам личности, она является основой социальной компетентности и обеспечивает эффективность деятельности и

общения, успешность адаптации в социальной среде. В основе неуверенности лежат социальные страхи, отсутствие социальных навыков, негативные самовербализации и самооценки, нерациональные убеждения.

При всем многообразии существующих теоретических подходов к исследованию уверенности в себе можно выделить основные: бихевиоральный (Д. Вольпе, А. Сальтер и др.), когнитивно-бихевиоральный (Р. Зигмунд, В.Г. Ромек), социально-когнитивный (А. Бандура), системный (Н.Ю. Будич, И.Г. Скотникова), многомерно-функциональный (А.И. Крупнов, М.А. Селиверстова).

Наиболее целостно и полно уверенность рассматривается, с нашей точки зрения, в многомерно-функциональном подходе А.И. Крупнова и М.А. Селиверстовой. Их подход объединяет в себе и другие аспекты изучения уверенности и позволяет более детально изучить психологическую структуру уверенности, ее индивидуально-типические особенности, внутренние механизмы взаимодействия и взаимообусловленность различных компонентов, что создает основу для дальнейших более глубоких и комплексных исследований уверенности.

На основании изученных материалов по данной проблеме мы выделили структурные компоненты составляющие уверенность в себе: личностный компонент, когнитивный компонент, эмоциональный компонент и поведенческий компонент.

Что же касается проблемы развития уверенности в себе у дошкольников, то исследователи определяют социальную уверенность как осознанный способ взаимодействия личности с другими людьми, применяемый на основе освоения им позитивного социального опыта в процессе ведущего вида деятельности. Компетентность «уверенность в себе» дошкольника можно рассматривать как:

- способность ребенка эффективно и адекватно решать различные проблемные ситуации, с которыми он сталкивается;

- достижение ребенком соответствующих социальных целей в специфических социальных условиях с использованием соответствующих средств, достигая при этом положительных сдвигов в развитии;

- качество личности, сформированное в процессе активного творческого освоения социальных отношений, возникающих на разных этапах и разных видах социального взаимодействия, а также усвоения ребенком этических норм, являющихся основой построения и регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций и отношений.

В ходе анализа психолого-педагогической и методической литературы мы выделили особенности развития уверенности в себе у старших дошкольников:

- развитие готовности его к освоению социальных ролей. При этом происходит самоопределение – выбор детьми своей роли и позиции в общей системе социальных отношений, включенность в эту систему на основе сформированных интересов и потребностей;

- развитие в сфере взаимодействия ребенка с другими людьми (как качество личности старшего дошкольника);

- развитие коллективных взаимоотношений со сверстниками - когнитивный компонент уверенности в себе;

- воспитание организованного поведения, у дошкольников развивается умение сознательно выполнять правила поведения, подчиняться общим требованиям, установленным в группе – это поведенческий компонент;

- воспитание самостоятельности, которая является важной чертой уверенности в себе и развивается как нравственно-волевое качество, развивается чувство уважения к старшим, развивается привычка быть вежливым, готовность активно проявлять заботу о старших и младших – это мотивационный компонент.

Педагогическими условиями, обеспечивающими развитие уверенности в себе в старшем возрасте выступают следующие

педагогические условия: содействие формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки; обеспечение активного участия детей в различных видах деятельности и общения, давая возможность каждому проявить себя; закрепление положительных переживаний детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности; развитие социально-коммуникативных способностей и умений; уважение взрослых к человеческому достоинству детей, развитию и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях.

## ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

### 2.1. Диагностика уровня развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации

Экспериментальная работа проходила в ФКДОУ "Детский сад № 47" МО РФ города Архангельск-55, в три взаимосвязанных между собой этапа:

- констатирующего, целью которого было, исследование исходного уровня развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации;

- формирующего, предполагающего осуществление экспериментальной работы по развитию уверенности в себе у детей старшей группы;

- контрольного, позволяющего определить эффективность проделанной работы, направленной на развитие уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

Цель экспериментальной работы: апробировать педагогические условия эффективного развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

Задачи экспериментальной работы:

1. Подобрать диагностический инструментарий для выявления уровня развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

2. Реализовать программу по развитию уверенности в себе у детей старшей группы.

3. Определить динамику развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

Исследование проводилось с детьми старшего дошкольного возраста. Для проведения исследования была отобрана группа детей в количестве 25 человек, имеющих различные уровни развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации (Приложение 1).

Изучив психолого-педагогическую литературу и опираясь на вышеизложенные подходы к изучению уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста, мы выделили следующие критерии, согласно которым оценивалось данное качество у детей:

1. Сформированность позитивного образа Я на основе самоотношения, выражающегося в уровне адекватной самооценки («Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн) [27], методика Р.С. Немова «Какой я?» [27]).

2. Проявление положительного эмоционального состояния, проявляющееся в процессе участия в различных видах деятельности и общения (методика исследования эмоционального состояния (цветовой тест по Э.Т. Дорофеевой) [14], «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен [41]).

3. Развитость социально-коммуникативных способностей и умений (методика Р.С. Немова «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» [27]).

Диагностические методики были необходимы для констатации исходного уровня развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации более полного фиксирования дальнейшего продвижения или отставания каждого ребенка участвующего в эксперименте.

Подбор данных диагностических методик позволил определить уровень выявляемых параметров, руководствуясь выработанными критериями.

При проведении методики «Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн) (Приложение 2) выявлялся уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я»

(физической, социальной, психической) у детей старшего дошкольного возраста. Мы предложили детям лист бумаги с нарисованными семью ступеньками и бумажную фигурку ребенка в зависимости от пола исследуемого. Ребенку показывали лесенку и рассказывали, что от него требуется. Важно было расположить к себе дошкольника, доброжелательно и понятно донести до него смысл задания. В инструкции объяснялось, что на средней ступеньке находятся ни плохие, ни хорошие дети, самые «хорошие» на самой верхней, а на самой нижней ступеньке - самые «плохие». Бумажная фигурка – это он сам. Важно было убедиться, что ребенок понял инструкцию, и при необходимости ее повторит. Затем ребенка спрашивали, на какую ступеньку он поставил бы свою фигурку, на какую ее поместила бы мама, папа, воспитатель. В ходе беседы задавались уточняющие вопросы, обращалось внимание на то, как дошкольник выполняет задание: его мимика, эмоции, паузы и т.д.

Проводилась методика в индивидуальной форме, что дало возможность выявить причину, которая формирует ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей. Критерии оценки представляли собой уровни (высокий; средний (адекватный); ниже среднего и низкий).

Результаты диагностики «Лесенка» представлены в таблице 2.1. (Приложение 3).

Анализируя результаты, отметим, что уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я» у детей следующий:

- у 7 старших дошкольников (28 %) отмечается высокий уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я». Катя Е., Ксения Е, Даша П., Ваня Д, Настя Я., Глеб Ш., Саша А. поставили себя на первую ступень - высокая самооценка. Даша П., Глеб Ш. не смогли обосновать свой выбор. Это связано со слабо развитой способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения,

переживания и действия с мнениями и оценками окружающих. Катя Е. обосновала свой выбор тем, что ее все любят. Саша А. считает себя самым хорошим, потому что он занимается каратэ;

- у 10 старших дошкольников (40 %) отмечается средний (адекватный) уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я». Ваня Р., Павел Л., Ульяна П., Илья Л., Ксения С., Ваня Г., Саша К., Тимофей О., Вика П., Яна Д. поставили себя на вторую и третью ступень - средний уровень самооценки. У этих детей сформировано положительное отношение к себе, некоторые умеют оценивать себя и свою деятельность. Дети в основном говорили, что они очень хорошие, но иногда не слушаются маму, плохо кушают, громко разговаривают;

- у 6 старших дошкольников (24 %) отмечается уровень ниже среднего развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я». Богдан В., Дима К., Лиана К., Арсений С., Настя П., Лолита Г. поставили себя на четвертую ступень, и ниже - низкая самооценка. Лиана К. обосновала свой выбор тем, что она часто дерётся с детьми. Арсений С. – потому, что девочки не танцуют с ним. Настя П. и Лолита Г. имеют низкую самооценку, так как они редко посещают детский сад и не пользуются авторитетом у других детей, хотя девочки положительно относятся к сверстникам;

- у 2 старших дошкольников (8 %) отмечается низкий уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я» - это Даша К. и Андрей М. Насторожило решение Даши К., она считает, что плохая, потому что так мама сказала. В этом случае мы наблюдаем нарушение межличностных отношений со сверстниками и значимыми взрослыми.

Полученные в ходе эксперимента результаты представлены наглядно на рисунке 2.1.

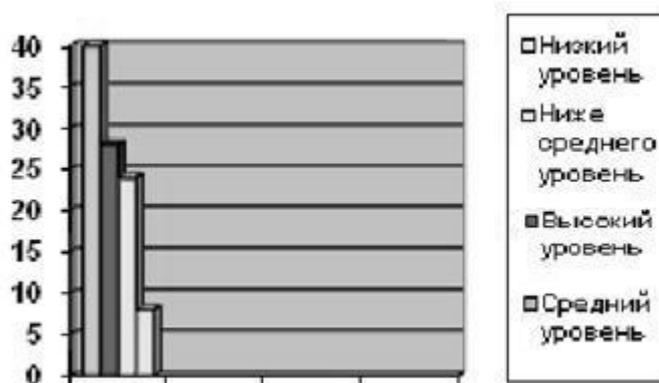


Рис.2.1. Результаты диагностики «Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн) на констатирующем этапе

При проведении диагностической методики «Какой Я?» (Приложение 4), целью которой было выявить уровень развития самооценки ребенка старшего дошкольного возраста. Мы спрашивали у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности: хороший, добрый, умный, аккуратный, послушный, внимательный, вежливый, трудолюбивый, честный, умный.

Критерии оценивались по уровням: высокий; средний (адекватный); ниже среднего и низкий.

В ходе выполнения методики «Какой Я?» были получены результаты, которые представлены в таблице 2.2. (Приложение 5).

Анализируя результаты, отметим, что уровень развития самооценки у детей следующий:

- у 15 старших дошкольников (60 %) отмечается высокий уровень развития самооценки. Такие результаты характерны для детей дошкольного возраста. Оценка старшим дошкольником себя происходит труднее, чем сверстника. К ровеснику он более требователен и оценивает его более объективно. Самооценка у детей старшего дошкольного возраста обычно неадекватная, чаще завышенная (как в нашем случае), это происходит оттого, что ребенку трудно отделить свои умения от собственной личности в целом.

Для него признать то, что он что-то сделал или делает хуже других детей, значит признать, что он вообще хуже сверстников;

- у 10 старших дошкольников (40 %) отмечается средний (адекватный) уровень развития самооценки. Отрицательные самооценки наблюдаются очень редко. Так Саша К., Ваня Д., у которых неустойчивое внимание, на вопрос «Ты внимательный?» твёрдо без раздумий отвечают «Да». На вопрос «Ты умный?» почти все дети ответили «Да», хотя уровень умственного развития у каждого ребёнка индивидуален. Одни дети уже читают по слогам, а другие ещё не знают букв.

Низкий уровень по данной диагностической методике не выявлен.

Полученные в ходе эксперимента результаты представлены наглядно на рисунке 2.2.

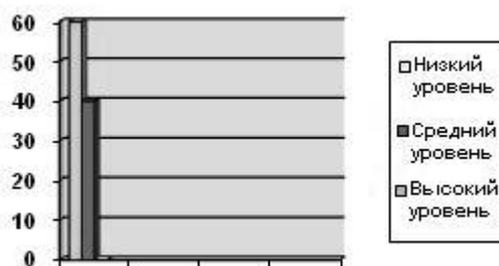


Рис. 2.2. Результаты диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немова) на констатирующем этапе

При проведении методики «Исследования эмоционального состояния» (цветовой тест по Э.Т. Дорофеевой) (Приложение 6), целью которой было выявить уровень оценки эмоционального состояния ребенка через изменение сдвига чувствительности по трем основным цветам, мы выдали ребенку три карточки разного цвета (красная, синяя, зеленая) и предложили разложить их в порядке предпочтения. Процедура повторялась три раза. 1. «Посмотри внимательно. Перед тобой лежат три карточки разного цвета - красная, синяя и зеленая. Выбери из них ту, которая тебе больше всего нравится». 2. «А теперь, какую карточку по цвету выберешь?».

Третья, последняя карточка, также фиксируется в протоколе. 3. «Выбери из них ту, которая тебе больше всего нравится по цвету. А из этих двух, оставшихся какая тебе больше нравится?»

По результатам обследования заполняется протокол на каждого ребенка. В протоколе обследования фиксируется три варианта сдвига цветов и проводится анализ устойчивости психического состояния ребенка.

Критерии оценки представляли собой уровни (высокий, средний (адекватный) и низкий).

В ходе выполнения методики «Исследование эмоционального состояния» были получены результаты, которые представлены в таблице 2.3. (Приложение 7).

Анализируя результаты, отметим, что уровень оценки эмоционального состояния ребенка через изменение сдвига чувствительности по трем цветам у детей следующий:

- у 8 старших дошкольников (32 %) отмечается высокий уровень оценки эмоционального состояния. Переживание состояния функционального возбуждения. У детей характерные эмоции, связанные с удовлетворением потребности. Диапазон - от переживания чувства удовлетворения до восторга, ликования. Отмечено доминирование положительных эмоций;

- у 14 старших дошкольников (56 %) отмечается средний (адекватный) уровень оценки эмоционального состояния. Состояние функциональной расслабленности отмечено у Вани Р., Павла Л., Вани Г., Насти П., Тимофея О., Яны Д., Лианы Г., Арсения С., Андрея М. и Богдана В. У детей присутствует отсутствие выраженных переживаний. Оценивается как спокойное состояние, устойчивое, самое оптимальное для реализации человеческих контактов, отношений, различных видов деятельности, где не требуется напряжения. Состояние функциональной напряженности, настороженности отмечено у Ильи Л., Ксении С., Вики П. и Саша К. У детей ориентировочные реакции характеризуются повышением внимания,

активностью, встречаются в тех ситуациях, где требуется проявление подобных качеств. Оптимальный вариант функциональной системы;

- у 3 старших дошкольников (12 %) отмечается низкий уровень оценки эмоционального состояния. Состояние эмоционального торможения. Неудовлетворение потребностей (печаль, тоскливость, напряженность): от состояния грусти до подавленности, от озабоченности до тревоги. Доминирование отрицательных эмоций. Перенапряжение всех систем организма.

Полученные в ходе эксперимента результаты представлены наглядно на рисунке 2.3.

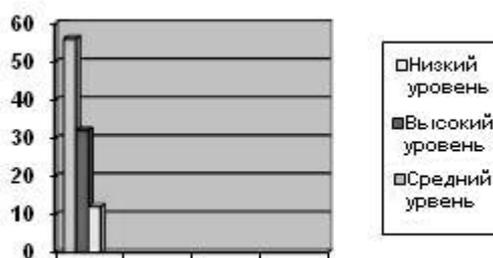


Рис. 2.3. Результаты диагностики «Исследования эмоционального состояния» на констатирующем этапе

При проведении методики «Выбери нужное лицо» (Приложение 8), для определения уровня тревожности ребенка, мы предложили детям 14 рисунков, выполненных в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное. Рисунки показывали ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проводилась в отдельной комнате. Предъявляли ребенку рисунок и давали инструкцию.

Критерии оценки представляли собой уровни (высокий, средний (адекватный) и низкий).

В ходе выполнения методики «Выбери нужное лицо» были получены результаты, которые представлены в таблице 2.4. (Приложение 9).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень тревожности у большинства детей старшего дошкольного возраста соответствует возрастной норме:

- у 6 старших дошкольников (24 %) отмечается высокий уровень тревожности. Данный показатель отражает недостаточную эмоциональную адаптированность детей к жизненным ситуациям общения с окружающими людьми. Последствием данного явления может стать формирование мотивации избегания неудач, которая препятствует полноценному социальному развитию. Причинами развития повышенной ситуативной тревожности могут быть: предъявление ребенку противоречивых требований, авторитарный стиль воспитания, неблагоприятная семейная атмосфера. В основном высокий уровень тревожности показали дети малозаметные, менее проблемные, спокойные и замкнутые. Наибольшая тревожность наблюдается в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-ребенок»;

- у 16 старших дошкольников (64 %) отмечается средний (адекватный) уровень тревожности. Особо следует отметить выборы детей в ситуациях, имеющих двойной смысл. Именно такие рисунки несут основную «проективную нагрузку»: то, какой эмоциональный смысл придает им ребенок, указывает на его мировосприятие и опыт общения. По данным ситуациям получены следующие отрицательные выборы:

- ребенок и мать с младенцем - (негативное отношение ребенка к ситуации, в которой мать везет коляску с малышом);

- одевание - (причины негативного отношения: неумение завязывать шнурки, никто не помогает, нежелание идти в садик, на прогулку или на зарядку);

- укладывание спать в одиночестве - (причины отрицательного отношения: родителям некогда почитать сказку; они устали; уже поздно; посмотри мультфильмы);

- умывание – (причины отрицательного отношения: неприятные ощущения (холодная вода, попадание мыла в глаза), одиночество, нежелание идти в садик);

- игнорирование – (негативное отношение к ситуации, когда отец играет с малышом, а ребенок постарше стоит рядом – ревность, эгоизм, страх лишиться родительской любви);

- собирание игрушек – (отрицательное отношение в данном случае связано либо с нежеланием трудиться, либо с возрастной особенностью (преобладание игрового мотива));

- еда в одиночестве – (в этой ситуации отрицательный выбор объясняется детьми как нежелание кушать, непривлекательность предлагаемых блюд или одиночество).

- у 3 старших дошкольников (12 %) отмечается низкий уровень тревожности. Тревожность, испытываемая ребенком в одной ситуации, не обязательно будет так же проявляться в другом случае. Значимость ситуации зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребенком в этих ситуациях. Отрицательный эмоциональный опыт формирует тревожность как черту личности и соответствующее поведение ребенка. Отношение данного ребенка к определенным социальным ситуациям раскрывает характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду. Полученные в ходе эксперимента результаты представлены наглядно на рисунке 2.4.

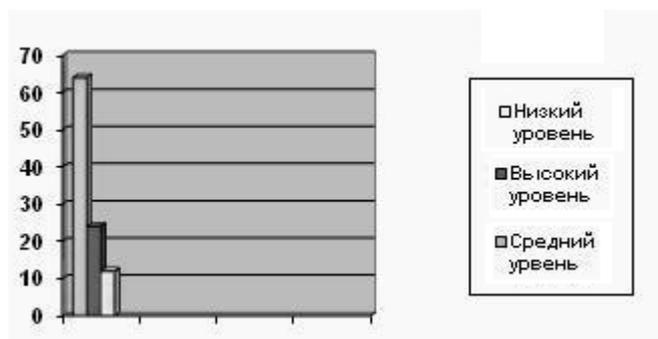


Рис. 2.4. Результаты диагностики «Выбери нужное лицо» на констатирующем этапе

При проведении методики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» (Приложение 10), с целью выявления уровня оценки коммуникативных качеств личности ребенка-дошкольника, мы предложили родителям и воспитателям детей экспериментальной группы ответить на ряд вопросов. С помощью опросника взрослые оценивали следующие коммуникативные качества и виды отношений ребенка с людьми: доброта; внимательность к людям; правдивость, честность; вежливость; общительность; щедрость; отзывчивость, готовность прийти на помощь; справедливость; жизнерадостность; ответственность.

В ходе выполнения методики «Какой ваш ребенок с окружающими людьми?» были получены результаты, которые представлены в таблице 2.5. (Приложение 11).

Анализируя результаты, отметим, что уровень оценки коммуникативных качеств личности ребенка-дошкольника следующий:

- у 5 старших дошкольников (20 %) высокий уровень оценки коммуникативных качеств личности. По мнению взрослых дети легко вступают в контакт с детьми и взрослыми; в группе дети тянутся к ним, предпочитают с ними играть, встать вместе в пару; дети имеют широкий круг общения среди детей группы и за ее пределами;

- у 17 старших дошкольников (68 %) отмечается средний уровень коммуникативных качеств личности. По мнению взрослых дети общаются с

детьми и взрослыми избирательно, но некоторые могут иметь постоянный круг общения;

- у 3 старших дошкольников (12 %) низкий уровень коммуникативных качеств личности. Дети испытывают трудности при взаимодействии с детьми и взрослыми. Чаще играют одни. В коллективе чувствуют себя одинокими.

Полученные в ходе эксперимента результаты представлены наглядно на рисунке 2.5.

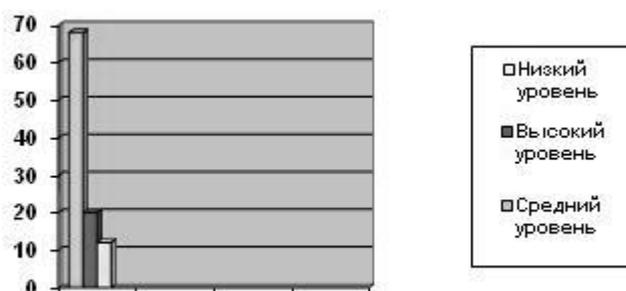


Рис. 2.5. Результаты диагностики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» на констатирующем этапе

Результаты диагностики уровня развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста (по пяти методикам) помещены в сводную таблицу 2.6. (Приложение 12) и представлены в виде диаграммы, рисунок 2.6.

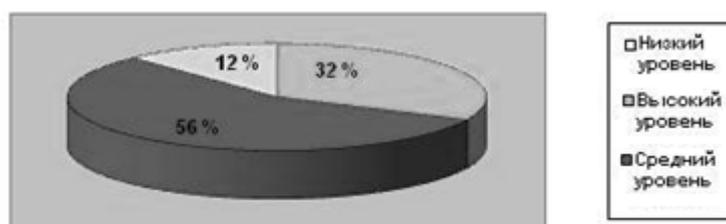


Рис. 2.6. Уровень развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста (по пяти методикам)

Итак, анализ полученных данных показал, что отношение к себе у старших дошкольников носит в целом позитивный характер, но у многих

детей отмечается проявление в самооценке конфликта между тем, как ребенок оценивает себя сам и тем, как, по его мнению, оценивают его другие люди, что свидетельствует о неразвитом «зеркальном Я», то есть неумении видеть себя глазами других людей. Преобладает в основном низкий уровень тревожности, что говорит о еще несформировавшемся мироощущении, о низком уровне самосознания и средний, по рангам предпочтений и отвержений, уровень социально- коммуникативных связей.

В.У. - высокий уровень – 8 детей (32 %). К высокому уровню относятся дети, которые были активны, инициативны. Дети поставили себя на первую ступень. У них развита способность анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих. Но оценка старшим дошкольником себя происходит труднее, чем сверстника. К ровеснику он более требователен и оценивает его более объективно. Самооценка у детей обычно неадекватная, чаще завышенная (как в нашем случае), это происходит оттого, что ребенку трудно отделить свои умения от собственной личности в целом. Для него признать то, что он что-то сделал или делает хуже других детей, значит признать, что он вообще хуже сверстников. Переживание состояния функционального возбуждения. У детей характерные эмоции, связанные с удовлетворением потребности. Диапазон - от переживания чувства удовлетворения до восторга, ликования. Отмечено доминирование положительных эмоций. Показатель тревожности отражает недостаточную эмоциональную адаптированность детей к жизненным ситуациям общения с окружающими людьми. Последствием данного явления может стать формирование мотивации избегания неудач, которая препятствует полноценному социальному развитию. По мнению взрослых дети легко вступают в контакт с детьми и взрослыми; в группе дети тянутся к ним, предпочитают с ними играть, встать вместе в пару; дети имеют широкий круг общения среди детей группы и за ее пределами.

С.У. - средний уровень - 14 детей (56 %). К среднему уровню относятся дети, которые поставили себя на вторую и третью ступень. У этих детей сформировано положительное отношение к себе, некоторые умеют оценивать себя и свою деятельность. Дети в основном говорили, что они очень хорошие, но иногда не слушаются маму, плохо кушают, громко разговаривают. Отрицательные самооценки наблюдаются очень редко. У некоторых детей из-за неустойчивого внимания, ответы на вопросы не соответствуют заданным параметрам. Отмечено состояние функциональной расслабленности или напряженности. У детей присутствует отсутствие выраженных переживаний. Оценивается как спокойное состояние, устойчивое, самое оптимальное для реализации человеческих контактов, отношений, различных видов деятельности, где не требуется напряжения. У детей ориентировочные реакции характеризуются повышением внимания, активностью, встречаются в тех ситуациях, где требуется проявление подобных качеств. Оптимальный вариант функциональной системы. Особо следует отметить выборы детей в ситуациях, имеющих двойной смысл. Именно такие рисунки несут основную «проективную нагрузку»: то, какой эмоциональный смысл придает им ребенок, указывает на его мировосприятие и опыт общения. По мнению взрослых дети общаются с детьми и взрослыми избирательно, но некоторые могут иметь постоянный круг общения.

Н.У. - низкий уровень – 3 ребенка (12 %). Самооценка у детей низкая. В этом случае мы наблюдаем нарушение межличностных отношений со сверстниками и значимыми взрослыми. Состояние эмоционального торможения. Неудовлетворение потребностей (печаль, тоскливость, напряженность): от состояния грусти до подавленности, от озабоченности до тревоги. Доминирование отрицательных эмоций. Перенапряжение всех систем организма. Тревожность, испытываемая детьми в одной ситуации, не обязательно будет так же проявляться в другом случае. Значимость ситуации зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного детьми в этих ситуациях. Отрицательный эмоциональный опыт формирует

тревожность как черту личности и соответствующее поведение. Отношение к определенным социальным ситуациям раскрывает характер взаимоотношений детей с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду. Дети испытывают трудности при взаимодействии с детьми и взрослыми. Чаще играют одни. В коллективе чувствуют себя одинокими.

Таким образом, предлагаемые нами методики позволили выявить уровень развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

Анализ результатов показывает, что у детей старшего дошкольного возраста выявлен средний уровень развития уверенности в себе - 56 %, высокий уровень составил - 32 %, низкий - 12 %.

Учитывая полученные данные можно дифференцировать подходы к развитию уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации.

## 2.2. Разработка и реализация программы развития уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации.

Выявив уровень развития уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации на констатирующем этапе, мы перешли к проведению формирующего этапа эксперимента, целью которого стала организация экспериментальной работы по развитию уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации.

Приступая к определению содержания работы по развитию уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации, мы исходили из результатов проведенной диагностики и положений выдвинутой в начале исследования гипотезы.

Предполагалось, что развитие уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации будет эффективно, если:

- содействовать формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки;
- обеспечить активное участие детей в различных видах деятельности и общения, давая возможность каждому проявить себя;
- закреплять положительные переживания детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности;
- развивать социально-коммуникативные способности и умения;
- способствовать уважению взрослых к человеческому достоинству детей, развитию и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях.

Мы проводили работу с учетом выявленных уровней развития уверенности в себе, обращая внимание на детей с высоким и низким уровнями развития этого качества, чтобы не сформировалась самоуверенность и неуверенность.

В соответствии со структурными компонентами, составляющими уверенность в себе, нами была подобрана и проведена серия игр и упражнений на развитие этого качества, подгрупповые и индивидуальные развивающие игры-занятия, на которых использовались специально созданные ситуации. Особое внимание мы уделяли планированию непосредственно образовательной деятельности (НОД), в программное содержание которых включались параметры структурных компонентов развития уверенности в себе.

Подобранный нами материал был направлен: на формирование положительного образа Я и адекватной самооценки, эмоциональное расслабление, снятие страхов, тревожности; на развитие социально-коммуникативных навыков и социального поведения и др.

В непосредственную образовательную деятельность (Приложение 13) по познавательному развитию мы включили занятие на тему: «Наши имена и фамилии». Некоторые дети стесняются своих необычных имен и фамилий, что приводит к снижению самооценки. В ходе проведения НОД мы познакомили детей с историческим происхождением их фамилий, учили называть друг друга полным именем, воспитывая при этом доброжелательное отношение к себе, к родителям и другим людям.

Для формирования адекватной самооценки и уверенности в себе, развитии у детей коммуникативных качеств мы организовали НОД на тему: «Айболит в гостях у ребят», в ходе которой мы старались, чтобы каждый из детей продемонстрировал свои лучшие физические или умственные умения.

В ходе проведения НОД по развитию эмоций «Путешествие с улыбкой» ребята проявляли разные эмоции: печаль, радость, страх и т.д. Это способствовало сбалансированности эмоций, формированию положительного отношения к окружающим и к себе.

На развитие социально-коммуникативных навыков также были подобраны НОД и коррекционно-развивающие занятия, в которые были включены игры, упражнения на развитие навыков общения, доброжелательности по отношению друг к другу.

В послеобеденное время, на прогулках мы проводили по подгруппам игры-занятия (Приложение 14), т.к. в это время суток дети более свободны, у них нет основных занятий, дети погружены в игру, в результате чего более раскрепощены. В подгруппы включались дети со схожим уровнем развития уверенности в себе. Эти игры-занятия были направлены в основном на эмоциональное расслабление, снятие тревожности, страхов. Наибольшее внимание уделялось детям неуверенным в себе, и на начальных этапах работы с такими детьми мы руководствовались следующими правилами:

- включать ребенка в любую новую игру поэтапно: сначала знакомить с правилами игры, дать возможность посмотреть, как в нее играют другие дети и лишь потом, когда сам захочет, становится ее участником;

- на начальных этапах избегать соревновательных моментов в играх, в которых учитывается скорость выполнения задания;

- игры с закрытыми глазами использовать только после длительной работы с ребенком, когда он сам решит, что может выполнить это условие;

- начинать работу с детьми с релаксационных и дыхательных упражнений, игры способствующие повышению самооценки проводить многократно и регулярно (каждый раз внося элемент новизны).

Игры-занятия строились по определенной схеме и состояли из четырех частей: мимические и пантомимические этюды; этюды и игры на выражение отдельных качеств характера и эмоций; этюды и игры, имеющие психотерапевтическую направленность на определенного ребенка или группу в целом; психомышечная тренировка.

Также для развития умения детей понимать, передавать эмоции и чувства, определять одинаковые и разные настроения, подобрали стимульный материал (Приложение 14).

Данный материал помогал детям определить настроение героев, какие чувства они испытывают в различных ситуациях, примерять на себя настроения, изображенные на картинках, находить пары противоположных настроений, составлять рассказы по картинкам. Все это помогало детям развивать уверенность в себе.

Игры и упражнения для работы по развитию уверенности в себе мы также подбирали в соответствии со структурой этого качества (Приложение 16).

Особенное внимание уделялось детям неуверенным в себе, поначалу некоторые стеснялись, отказывались от выполнения заданий. Так в игре «Паровозик с именем», где основной задачей было, чтобы каждый ребенок побывал в роли паровозика, и, делая круг с гудком, называл свое имя (каждый ребенок должен гудеть, не стесняясь сверстников), Настя П., Лиана К. отказывались выполнять роль паровозика. Тогда девочкам было предложено выбрать себе друга – паровозика и это дало свои результаты.

Настя даже стала негромко называть своё имя. После серии занятий и Настя, и Лиана даже стали инициаторами этой игры.

В игре «Подари улыбку» Саша А., Саша К. и Даша К. отводили глаза от партнёра, опускали голову. При эмоциональной поддержке воспитателя (обращалось внимание на красивую улыбку, глаза, на то, что все очень хотят видеть, как они улыбаются) это задание помогло детям раскрепоститься. Саша А. преодолела страх и смогла уверенно смотреть в глаза партнёра по игре, искренне улыбаться.

Трудности вызвало выполнение задания «Упражнение на доверие». В каждой паре один участник играет роль компаса, другой - туриста. Турист, встает за спину компаса, кладет руки на плечи и закрывает глаза (или завязывают повязкой). Компас должен очень аккуратно провести туриста мимо других детей и препятствий. По достижении цели партнеры меняются ролями.

Дети отказывались принимать на себя роль «туриста». Дети с заниженной самооценкой, неуверенные чаще всего нерешительны, заранее отказываются от решения задач, которые кажутся им сложными, боятся неудач.

Поэтому перед нами стояла задача - обеспечить успех деятельности, дать возможность ребенку поверить в свои силы. После двух успешных выполнений задания положительные результаты показали Павел, Арсений, Ваня Д. Мальчики с удовольствием принимали на себя роль как «компаса», так и «туриста», Ваня даже соглашался завязать глаза.

Большое влияние на развитие уверенности в себе оказала игра «Комплименты». В этой игре вызывался первый желающий, он выходил за дверь комнаты. Ведущий записывал все комплименты, которые высказывали игроки в адрес основного участника, помечая, кто сказал конкретный комплимент. Группу предупреждали о том, что все комплименты должны быть только искренними, т.е. те свойства характера и качества личности которые действительно присущи основному участнику. Основной участник

возвращался в комнату, и ведущий зачитывал весь список. Затем ведущий останавливался на каждом комплименте отдельно, а задача игрока угадать, кто из группы сказал комплимент. Игрок может назвать 3-х человек. Если угадал, то ему приплюсовывается балл за проницательность.

Существенную роль в развитии уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста играет общение со сверстниками. При обмене оценочными воздействиями возникает определенное отношение к другим детям и одновременно развивается способность видеть себя их глазами.

После ряда занятий было видно, что поменялось отношение сверстников к некоторым детям. Тех, кого раньше мало замечали (Саша К. Павел, Андрей) стали приглашать в игру и с другой стороны эти дети почувствовали себя более уверенными, услышав в свой адрес положительную оценку сверстников, т.е. повысился их статус.

Завершающим этапом работы по развитию уверенности в себе стало игровое упражнение «Я могу», которое было направлено на расширение у детей представлений о себе, укрепление уверенности в своих возможностях. В этом упражнении дети давали себе положительную оценку, говорили что-то хорошее о себе. Если ребенок затруднялся с ответом, остальные дети приходили ему на помощь и подсказывали продолжение фразы.

В результате проведенной работы дети, которые были неуверенны в себе, не пользовались авторитетом у сверстников, стали чаще участвовать в общих играх, их стали выбирать на главные роли.

Работа с родителями включала в себя: проведение консультаций и индивидуальных бесед с родителями по особенностям развития уверенности в себе у детей, с использованием демонстрационного материала по этой теме. Консультации проводились в определенной системе (Приложение 17). Сначала родителям раскрыли понятие уверенности в себе, какие качества отличают уверенного ребенка. Приглашенный на родительское собрание психолог дал советы по воспитанию в ребенке уверенности в себе (беседа «Как воспитать в ребенке уверенность?»). Была также проведена

консультация на тему: «Развитие у детей адекватной самооценки», где родители получили советы, как сделать, чтобы в семье вырос ребенок с адекватной самооценкой. В конце года мы предложили практикум на тему «Игры, развивающие уверенность в себе».

Таким образом, проделанная работа в ходе серии занятий в рамках НОД, развивающих игр, коррекционных упражнений с использованием разнообразных методов и приемов, которые зависели от задач и содержания, определенных программой, была системной и последовательной и дала свои положительные результаты, которые отражены на контрольном этапе эксперимента.

### 2.3 Анализ результатов опытно-экспериментальной работы по развитию уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста

На контрольном этапе эксперимента, целью которого было определение эффективности работы после формирующего этапа эксперимента и доказать или опровергнуть гипотезу выдвинутую ранее, мы провели те же диагностики, что и на констатирующем этапе эксперимента.

В результате проведенной с каждым ребенком диагностики «Лесенка», можно отметить, что качественные изменения повлияли на количественные. Например: Лиана К., которая поставила себя сначала на 4 ступеньку, потому, что обижает детей, на контрольном этапе уже ставит себя на 2 ступеньку, аргументирует это тем, что стала хорошей, дети с ней играют.

Надо отметить, что в группе остались дети, самооценка, которых занижена (Даша К. и Андрей М.).

Результаты диагностики «Лесенка» представлены в таблице 2.7. (Приложение 18) и рисунке 2.7.



Рис.2.7. Результаты диагностики «Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн) на контрольном этапе

Итак, по уровням данной диагностики: В.У.- высокий уровень - 8 детей, 32 % детей; С.У.- средний уровень - 15 детей, 60 % детей; Н.С.У.- ниже среднего уровня - 2 ребенка, 8 % детей; Н.У.- низкий уровень - 0% детей.

При проведении диагностики «Какой Я?», мы отметили что количественных изменений не произошло, но произошли качественные изменения в самооценке детей. Так Саша А., которая затруднялась оценить себя как послушную и честную - после проведённой работы с уверенностью ответила: «Да, я послушная, да, я честная». Если Андрей М. до формирующего этапа считал, что он невнимательный, то после - его оценка была «Да». Саша К. на вопрос «Ты умелый?» поначалу отвечал «Нет», то после занятий он считал себя «наверное умелым».

Эти, хотя и очень небольшие качественные изменения, показывают, что работа по развитию уверенности в себе имеет свои положительные результаты.

Результаты диагностики «Какой Я?» представлены в таблице 2.8. (Приложение 19) и рисунке 2.8.

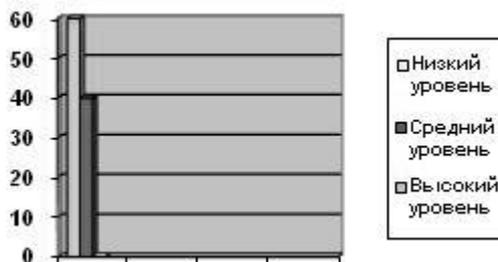


Рис. 2.8. Результаты диагностики методики «Какой Я?»  
(Р.С. Немова) на контрольном этапе

Итак, по уровням данной диагностики: В.У.- высокий уровень - 15 детей, 60 % детей; С.У.- средний уровень - 10 детей, 40 % детей; Н.У.- низкий уровень - 0 ребенка, 0 % детей.

При проведении диагностики «Исследования эмоционального состояния» мы отметили положительную динамику у Вани Р., Насти П. и Вики П. Дети оценили себя высоко, считают себя самыми хорошими, что соответствует высокому уровню. Также положительная динамика отмечалась у Даши К. и Арсения С. Эти дети, с низкого уровня поднялись, на средний уровень.

Результаты диагностики «Исследования эмоционального состояния» представлены в таблице 2.9. (Приложение 20) и рисунке 2.9.

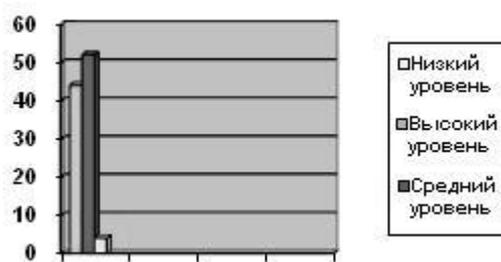


Рис. 2.9. Результаты диагностики методики «Исследования эмоционального состояния» на контрольном этапе

Итак, по уровням данной диагностики: В.У.- высокий уровень - 11 детей, 44 %; С.У.- средний уровень - 13 детей, 52 %; Н.У.- низкий уровень – 1 ребенок, 4 %.

При проведении диагностики «Исследования эмоционального состояния» мы отметили положительную динамику у Даши П., Насти П. и Лолиты Г. У детей индекс тревожности понизился до среднего уровня. Также положительная динамика отмечалась у Тимофея О.

Результаты диагностики «Выбери нужное лицо» представлены в таблице 2.10. (Приложение 21) и рисунке 2.10.

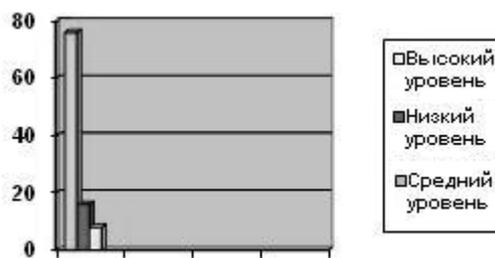


Рис. 2.10. Результаты диагностики методики «Выбери нужное лицо» на контрольном этапе

При проведении диагностики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?», уровень коммуникативных качеств личности повысился у Павла Л., ребенок стал более вежливым и ответственным и Ксении С., девочка стала более честной и справедливой, проявляла щедрость. Их уровень повысился до высокого. Положительная динамика в развитии коммуникативных качеств личности также отмечена и у Андрея М., у ребенка возросли межличностные отношения с окружающими.

Результаты диагностики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» представлены в таблице 2.11. (Приложение 22) и рисунке 2.11.

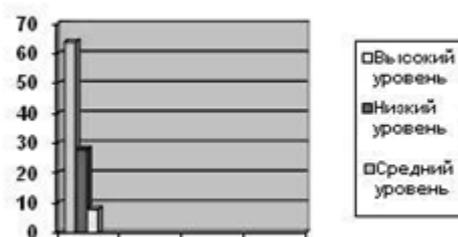


Рис. 2.11. Результаты диагностики методики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» на контрольном этапе

На основании полученных данных можно отметить, что проведенная работа по развитию уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации прошла достаточно эффективно. Результаты диагностик развития уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации на контрольном этапе представлены в таблице 2.12. (Приложение 23) и рисунке 2.12.

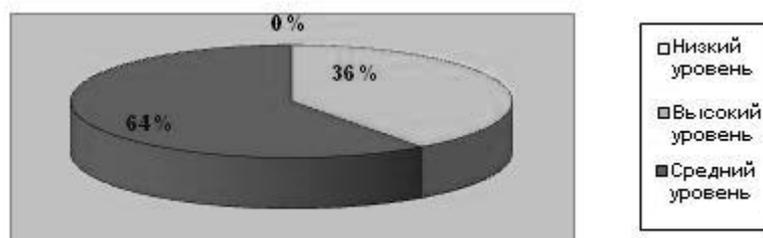


Рис. 2.12. Уровень развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста (по пяти методикам)

Итак, проведенная нами экспериментальная работа позволила добиться более высоких показателей.

Так в начале эксперимента результаты были такими:  
 высокий уровень уверенности в себе 8 детей (32 %);  
 средний уровень уверенности в себе 14 детей (56 %);  
 низкий уровень уверенности в себе 3 ребенка (12 %).

После проведения запланированной работы были получены следующие результаты:

высокий уровень уверенности в себе 9 детей (36 %);  
 средний уровень уверенности в себе 16 детей (64 %);  
 низкий уровень уверенности в себе не выявлен (0 %).

Что подтверждает диаграмма констатирующего и контрольного этапов эксперимента, (рис.2.13.):

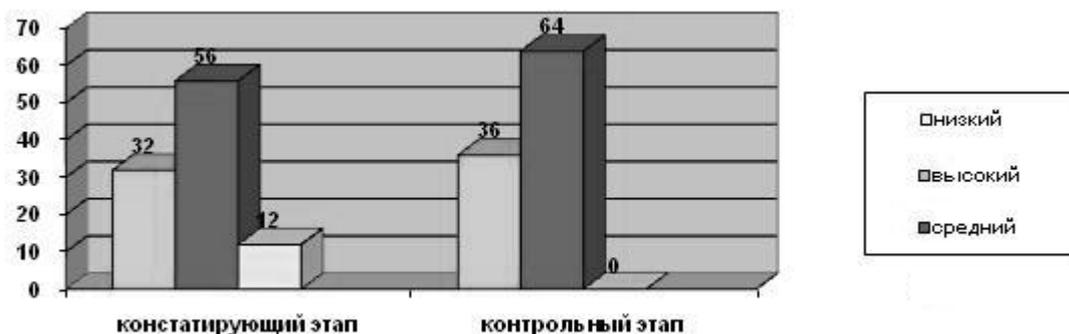


Рис.2.13. Диаграмма результатов констатирующего и контрольного этапов эксперимента

Подводя итоги, следует отметить, что особенности проявления самооценки детей старшего дошкольного возраста зависят от многих причин. Причины индивидуальных особенностей самооценки в старшем дошкольном возрасте обусловлены своеобразным для каждого ребенка сочетанием условий развития. Заниженная самооценка основана не на критичном отношении к себе, а на неуверенности в своих силах.

По наблюдениям родители Даши К. предъявляют к ней завышенные требования, а родители Андрея М. используют только отрицательные оценки, не учитывают индивидуальных особенностей и возможностей своего ребёнка. Но даже у этих детей изменились некоторые параметры отношения к себе.

Основным показателем развития уверенности детей стало качественное изменение отношения ребёнка к себе. Проведённая работа дала определенные положительные сдвиги. В целом результат опытно-экспериментальной работы свидетельствует о подтверждении нашей гипотезы о том, что если включить в повседневную жизнь детей игры и упражнения на развитие уверенности в себе, проводить их систематически в течение дня, то можно способствовать развитию уверенности в себе детей, повышению их самооценки.

## Выводы по второй главе

Экспериментальное исследование было проведено с детьми старшего дошкольного возраста Федерального Государственного Бюджетного дошкольного образовательного учреждения № 47 города Архангельск-55. В исследовании участвовали дети в количестве 25 человек старшей группы. Целью констатирующего этапа эксперимента было исследовать уровень развития уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации, который мы оценивали на основании следующих методик: методики сформированности позитивного образа Я на основе самоотношения, выражающегося в уровне адекватной самооценки; методики проявления положительного эмоционального состояния, проявляющееся в процессе участия в различных видах деятельности и общения; методика развитости социально-коммуникативных способностей и умений. По результатам данных методик выявлен высокий уровень развития уверенности в себе, который составил - 32 %, средний уровень - 56% низкий - 12 %.

Формирующий этап эксперимента по развитию уверенности в себе у детей старшей группы дошкольной образовательной организации включал развивающие игры-занятия, игровые упражнения, организованные занятия, работу с родителями.

Анализ проведенной работы показал, что у дошкольников повысился уровень самооценки, эмоциональные проявления, эмоциональное благополучие. У дошкольников наладились взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Позитивная динамика сформированности уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста подтверждает эффективность реализации педагогических условий, заявленных в гипотезе исследования.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема формирования уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста как важнейшего личностного качества достаточно актуальна на сегодняшний день. Её решение имеет большое значение для педагогической теории и практики. Понятие уверенность в себе в современных источниках рассматривается как социальная компетенция и качество личности. Многие исследователи подчеркивают её роль в формировании личности человека и необходимость решения этой задачи, начиная с дошкольного возраста.

Анализ психолого-педагогической и научно - методической литературы позволил рассмотреть понятие уверенность в себе как свойство личности, ядром которого выступает устойчивое позитивное отношение индивида к собственным навыкам, умениям и способностям, проявляющимся в общении и предполагающим его личную вовлеченность. А также уверенность в себе является основой социальной компетентности и обеспечивает эффективность деятельности и общения, успешность адаптации в социальной среде.

Отечественными и зарубежными психологами накоплен теоретический багаж, позволяющий понять сущность того явления. Оно рассматривается с позиций бихевиорального (Д. Вольпе, А. Сальтер и др.), когнитивно-бихевиорального (Р. Зигмунд, В.Г. Ромек), социально-когнитивного (А. Бандура), системного (Н.Ю. Будич, И.Г. Скотникова), многомерно-функционального (А.И. Крупнов, М.А. Селиверстова) подходов.

Анализ работ исследователей уверенности в себе позволил выделить структурные компоненты этого качества: личностный, когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты.

Что же касается проблемы развития уверенности в себе у дошкольников, то исследователи (А. Голфрид, Р. Дзурилла) определяют

социальную уверенность как осознанный способ взаимодействия личности с другими людьми, применяемый на основе освоения им позитивного социального опыта в процессе ведущего вида деятельности. Другие ученые (И.В. Волкова, Н.Ю. Молостова, С.Г. Молчанова и др.) рассматривают уверенность в себе дошкольника и как качество личности, сформированное в процессе активного творческого освоения им социальных ролей и отношений, возникающих на разных этапах его развития и разных видах социального взаимодействия, а также усвоения ребенком этических норм, являющихся основой построения и регулирования межличностных и внутриличностных социальных позиций и отношений.

Уверенность в себе в дошкольном возрасте проявляется в способности ребенка эффективно и адекватно решать различные жизненные проблемные ситуации, в достижении ребенком целей и позитивных сдвигов в развитии в условиях важных для данного возрастного периода видах деятельности и общения.

На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы мы можно выделить ряд особенностей развития уверенности в себе у старших дошкольников:

- готовность на основе сформированных интересов и потребностей его к освоению социальных ролей;
- коммуникабельность в сфере взаимоотношений со сверстниками и взаимодействия ребенка с другими людьми;
- организованность поведения на основе умения сознательно выполнять правила поведения, установленные в группе;
- самостоятельность, как нравственно-волевое качество и др.

Для эффективного формирования уверенности в себе у дошкольников в условиях ДОО, необходимо создать педагогические условия, которые обеспечивают развитие этого качества:

1. содействие формированию положительного образа «Я» и позитивного отношения к своим возможностям (навыкам, умениям, способностям) на основе адекватной самооценки;

2. обеспечение активного участия детей в различных видах деятельности и общения, при создании возможности каждому проявить себя;

3. закрепление положительных переживаний детьми различных ситуаций успеха в совместной деятельности;

4. развитие социально-коммуникативных способностей и умений.

5. уважение взрослых к человеческому достоинству детей, развитию и поддержке их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях.

Экспериментальная работа по развитию уверенности в себе у воспитанников старшей группы ФКДОУ "Детский сад №47" МО РФ позволила апробировать эти условия. В этой работе принимали участие 25 детей возраста 5-7 лет. Вначале был выявлен исходный уровень сформированности уверенности в себе у дошкольников данной группы. Для этого были использованы диагностические методики наиболее адекватно соответствующие целям, задачам и критериям, согласно которым оценивалось данное качество у детей:

- сформированность позитивного образа Я на основе самоотношения, выражающегося в уровне адекватной самооценки («Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн), методика Р.С. Немова «Какой я?»);

- проявление положительного эмоционального состояния в процессе участия в различных видах деятельности и общения (методика исследования эмоционального состояния (цветовой тест по Э.Т. Дорофеевой), «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен);

- развитость социально-коммуникативных способностей и умений (методика Р.С. Немова «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?»).

Анализ данных диагностики показал, что у детей в этой группе в основном преобладают средний и высокий уровень уверенности в себе. Из сводной таблицы видно, что средний уровень развития уверенности в себе наблюдается у 14 детей (56%). В методике «Лесенка» эти дети ставили себя на вторую и третью ступень. У этих детей сформировано положительное отношение к себе, некоторые умеют оценивать себя и свою деятельность. Результаты диагностики с использованием методики «Какой я?» показали, что у большинства этих ребят завышенная самооценка. Это происходит оттого, что ребенку трудно отделить свои умения от собственной личности в целом. При выявлении эмоционального состояния детей оказалось, что у них отсутствуют выраженные переживания. Их состояние оценивается как спокойное, устойчивое, самое оптимальное для реализации человеческих контактов, отношений, различных видов деятельности, где не требуется напряжения. При использовании методики «Выбери нужное лицо» особо следует отметить, что рисунки несут основную «проективную нагрузку»: то, какой эмоциональный смысл придает им ребенок, указывает на его мировосприятие и опыт общения. Преобладает в основном низкий уровень тревожности, что говорит о еще несформировавшемся мироощущении, о низком уровне самосознания и средний, по рангам предпочтений и отвержений, уровень социально- коммуникативных связей.

Высокий уровень развития уверенности в себе выявлен у 8 детей (32 %). При проведении диагностики, они были наиболее активны, инициативны. В «Лесенке» они ставили себя на первую ступень. Дети анализируют свою деятельность и соотносят мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих. Но оценка себя у этой категории детей, завышенная, ровесника они оценивают более адекватно, так как к сверстнику ребенок в этом возрасте более требователен и оценивает его более объективно. Эти дети переживание состояния функционального возбуждения. Для них характерны эмоции, связанные с

удовлетворением потребности. Диапазон - от переживания чувства удовлетворения до восторга, ликования. Отмечено доминирование положительных эмоций. Показатель тревожности отражает недостаточную эмоциональную адаптированность детей к жизненным ситуациям общения с окружающими людьми. По мнению воспитателей и родителей, эти дети легко вступают в контакт с детьми и взрослыми; в группе дети тянутся к ним, предпочитают с ними играть, встать вместе в пару; дети имеют широкий круг общения среди детей группы и за ее пределами.

Низкий уровень развития уверенности в себе выявлен у 3 детей (12 %). Самооценка у детей низкая. У них отмечается состояние эмоционального торможения, неудовлетворение потребностей (печаль, тоскливость, напряженность), доминирование отрицательных эмоций. Отношение к определенным социальным ситуациям раскрывает характер взаимоотношений детей с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду. Дети испытывают трудности при взаимодействии с детьми и взрослыми, чаще играют одни, в коллективе чувствуют себя одинокими.

Для реализации педагогических условий развития уверенности в себе у старших дошкольников в течение года проводилась работа, которая включала: серию развивающих игр, коррекционных упражнений, специально разработанных занятий, работы с родителями в форме индивидуальных бесед, групповых консультаций с использованием соответствующего наглядно-демонстрационного материала. Отдельные методы и приемы: наглядные, словесные, игровые и практические, взаимодополняли друг друга в ходе работы по развитию уверенности в себе в старшей группе дошкольной образовательной организации.

Повторно проведенное обследование по тем же методикам, которые использовались на начальном этапе работы, показало, что:

- вырос показатель адекватности самооценки детей, она стала более дифференцированной, и оценки детей глазами родителей, что

свидетельствует о большем внимании родителей к этому аспекту жизни в семье;

- повысилось умение видеть себя глазами других людей;

- на основе выросшего показателя самооощущения, т.е. адекватности ощущения себя в детском сообществе, у ряда дошкольников стало более устойчивым эмоционально положительное состояние и принятие своей значимости;

- во многих видах деятельности и общения детей заметно стал проявляться повышенный уровень социально-коммуникативных знаний и умений.

Проведенная экспериментальная работа показала положительную динамику развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста, чему во многом способствовали постоянная работа педагогов по повышению своей компетентности и продуманное взаимодействие с семьей в этом направлении.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. - М.: Мысль, 1991.- С.- 107.
2. Ананьев Б.Г. Психология педагогической оценки // Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т.2. – М.: Педагогика, 1990. – С. – 128-271.
3. Басина Е.З. Становление самооценки и образ «Я» // Особенности психического развития детей 6-7 летнего возраста. - М.: Педагогика, 2008. – С. 128.
4. Бандура А. Теория социального научения. - СПб.: Евразия, 2000. - 320 с.
5. Белобрыкина О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки старших дошкольников / О.А. Белобрыкина // Вопросы психологии. - 2015. - №4. - С. 31-38.
6. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // хрестоматия по возрастной психологии / Сост. Л.М. Семенюк. – М., 1998. – С. – 120-131.
7. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избр. психол. тр. / Под ред. Д.И. Фельдштейна ; Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т. - 3-е изд. - М.: МПСИ ; Воронеж: МОДЭК, 2001. - 349 с.
8. Бориснев С.В. Социология коммуникации. Учеб. пособие для вузов. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. - 270 с.
9. Бороздина Л.В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я концепцией // Л.В. Бороздина. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 2015. - № 1 С. 54-65.
10. Будич Н.Ю. Исследование уверенности в себе // Социальная работа в Сибири: сб. науч. тр. - Кемерово, 2004.
11. Буре Р.С. «Я сам!» // Дошкольная педагогика, 2001. - № 4. – С. 56-62.
12. Волкова И.В. Программа формирования социальной уверенности как качества становящейся личности: пособие для педагогов дошкол.

учреждений, начал, шк., центров досуга и развития / И.В. Волкова, Л.В. Филиппова. - М.: МПСИ; Н. Новгород: ННГАСУ: ГХИ, 2006. - 106 с.

13. Волкова И.В. Формирование социальной уверенности у детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр / И.В. Волкова// Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы: тез. докл. регион, науч.-практ. конф. / Нижегород. Архитектур.-строит. ун-т; Гос. худож. инт. – Н. Новгород, 2006.- 67 с.

14. Денисова Н.Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников (наблюдения, эксперименты, проективные рисуночные тесты). – М., 2015. – 52 с.

15. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014. – 352 с.

16. Журавлева С.С. Социально-коммуникативное развитие дошкольников: теоретическое и практическое обеспечение. – Курск: ООО Планета +, 2015. – 150 с.

17. Иващенко Ф.И. Развитие уверенности в своих силах у слабоуспевающих школьников: дис. ... канд. психол. наук. - М.: Изд-во МГУ, 1952.

18. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб., 2001. 14. Ильин Е.П. Психология воли. - СПб., 2000.

19. Калищенко В.Д. К проблеме формирования межличностных взаимоотношений (старший дошкольный возраст) // Дошкольное воспитание. – 2014. – № 7. – С. 12-16.

20. Комментарии к ФГОС дошкольного образования. (Письмо Министерства образования и науки РФ. 28.02.2014 г. № 08-249).

21. Компетентностный подход к развитию личности: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / Отв. Ред. Е.В. Гончарова. Нижневартонск: Изд-во НГГУ, 2007. - 151 с.

22. Кон И.С. Социология личности. – М.: Педагогика, 1979. – С. – 59-72.

23. Короткова Н.А., Нежнов П.Г. Наблюдение в дошкольных группах. - М.: «Линка-Пресс», 2014. - 64 с.
24. Кочагина Т.Д., Орлов Ю.М. Уверенность в успехе и эффективность учебной деятельности студентов мед. вузов // Психолого-педагогические исследования организации обучения. - М., 1980.- С.- 128.
25. Крупнов А.И., Селиверстова М.А. Психологическая структура уверенности личности // Индивидуальные различия и проблема индивидуальности: материалы Междунар. науч.-практ. конф. (16-18 окт. 2003 г.). - М.: Уникум-Центр, 2003.
26. Лабунская В.А., Менджерицкая К.А., Бреус Е.Д. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. - М., 2001.- С.- 89-107.
27. Лебедеенко Е.Н. развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я? Методическое руководство. – М.: Книголюб. – 2005. – 64 с.
28. Левитов Н.Д. О психологических состояниях человека. – М., 1994.
29. Липкина А.И. Самооценка школьника. – М.: Знание, 1996. – 64 с.
30. Микляева Н.В. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования: учебник и практикум для академического бакалавриата / под ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство Юрайт, 2014. – 433 с.
31. Молостова И.Ю. Формирование социальной уверенности как компонента образа «Я» у детей старшего дошкольного возраста // Материалы X международной научно-методической конференции «Проблемы многоуровневого образования». - Н. Новгород, 2004. - С. 86.
32. Молчанов С.Г. Формирование и оценивание социальных компетенций в образовательном учреждении: учебно-метод. пособие. - Челябинск, 2010. - 96 с.
33. Никитина Е.Л., Трофимова С.А. Педагогические условия формирования социальной уверенности у детей старшего дошкольного

возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 29. – С. 90–94.

34. Ожегов С.И. Словарь русского языка / под ред. Н.Ю. Шведовой. - М., 1984.

35. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Е.Н. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозайка. – 2014. – 368 с.

36. Прангашвили А.С. К проблеме основ уверенности в воспоминании // Труды Ин-та психологии им. Д.Н. Узнадзе. - 1956. - Т.10.

37. Прима Е.В., Филиппова Л.В., Кольцова И.Н. Развитие социальной уверенности у дошкольников. – М., ГИЦ Владос, 2003. – 224 с.

38. Профессиональная педагогика. Учебник для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям и направлениям. / Под ред. С.Я. Батышева, А.М. Новикова. – М.: ЭГВЕС, 2010. – 456 с.

39. Психологический словарь / Под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М., 1983.

40. Радуга. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. С.Г. Якобсона, Т.И. Гризик, Т.Н. Дороновой. – М.: Провещение. – 2014. – 232 с.

41. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 2013. - Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. - 384 с.

42. Ромек В.Г. Понятие уверенности как социально-психологическая характеристика личности: дис. ... канд. психол. наук. - Ростов н/Д, 1997.

43. Ромек В.Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии // Психологический вестник. - Ростов н/Д, 1996. - Вып. 1. - Ч. 2. - С. 132-138.

44. Ромек В.Г. Развитие уверенности в межличностных отношениях // Журнал практического психолога. - 2000. - № 12. - С. 74-113.

45. Ромек В.Г. Теория выученной беспомощности Мартина Селигмана // Журнал практического психолога, № 3-4. – 2000. - С. 218-235.
46. Рудик П.А. Психология. М., 1976.- С.- 254-267.
47. Серебрякова Е.А. Уверенность в себе и условия ее формирования у школьников: дис. ... канд. психол. наук. - М.: МГУ, 1955.
48. Скотникова И.Г. Экспериментальное исследование уверенности в решении сенсорных задач // Психологический журнал. - 2015. - Т. 26. - № 4.
49. Смирнова Е.О. Общение дошкольников с взрослыми и сверстниками. Учеб. Пособие. – М.: Педагогика, 2016. – 15 с.
50. Учимся понимать друг друга / С.Е. Гаврина, Л.Н. Кутявина, И.Г. Топоркова и др. – М.: Олисс, Дельта, 2005. – 64 с.: ил.
51. Халина К.Д., Капустина Т.В. Коммуникативные способности как фактор успешного общения // Молодой ученый. - 2017. - №6. - С. 209-213.
52. Черникова О.А. Эмоции и их значение: автореф. дис. ...д-ра психол. Наук. – М., 1997.
53. Щербаков Е.П. Уверенность как состояние, свойство и качество // Психология личности и деятельности человека. - М.,1981. - С. 51-60.
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования - [Электронный ресурс] - Режим доступа:  
<http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html>

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Список детей

1. Андрей М.

2. Арсений С.
3. Богдан В.
4. Ваня Г.
5. Ваня Д.
6. Ваня Р.
7. Вика П.
8. Глеб Ш.
9. Даша К.
10. Даша П.
11. Дима К.
12. Илья Л.
13. Катя Е.
14. Ксения Е.
15. Ксения С.
16. Лиана К.
17. Лолита Г.
18. Настя П.
19. Настя Я.
20. Павел Л.
21. Саша А.
22. Саша К.
23. Тимофей О.
24. Ульяна П.
25. Яна Д.

## Приложение 2

Методика «Лесенка» (модификация методики С.Я. Рубинштейн)

**Цель:** выявить уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я» (физической, социальной, психической) у детей старшего дошкольного возраста.

**Стимульный материал:** лист бумаги с нарисованными семью ступеньками и бумажная фигурка мальчика/девочки в зависимости от пола исследуемого ребенка.



**Инструкция:** ребенку показывают лесенку и рассказывают, что от него требуется. Важно расположить к себе дошкольника, доброжелательно и понятно донести до него смысл задания. В инструкции нужно объяснить, что на средней ступеньке находятся ни плохие, ни хорошие дети, самые хорошие на самой верхней, а на самой нижней ступеньке - самые плохие. Бумажная фигурка – это он сам. Нужно убедиться, что ребенок понял инструкцию, и при необходимости повторить. Затем взрослый спрашивает, на какую ступеньку ребенок поставил бы свою фигурку, на какую ее поместила бы мама, папа, воспитатель. В ходе беседы нужно задавать уточняющие вопросы и обращать внимание на то, как дошкольник выполняет задание: его мимика, эмоции, паузы и т.д.

#### **Оценка результатов:**

**Высокий уровень:** 10 -8 баллов. Ребёнок поставил себя на первую ступень: высокая самооценка. Для детей дошкольного возраста является нормой. Дошкольники часто ещё не способны адекватно оценивать себя и свои поступки.

**Средний (адекватный) уровень:** 7- 5 баллов. Ребёнок поставил себя на вторую и третью ступень: средний уровень самооценки.

**Ниже среднего уровень:** 4 - 3 баллов. Ребёнок поставил себя на четвёртую ступень, и ниже - низкая самооценка. Является крайним вариантом нормы. Здесь важно то, как ребёнок объясняет постановку себя на данную ступень.

**Низкий уровень:** 2 - 0 баллов. Ребёнок поставил себя на шестую ступень: крайне низкая самооценка. Ребёнок находится в ситуации дезадаптации, наблюдаются личностные и эмоциональные проблемы.

Приложение 3

Таблица 2.1.

Результаты диагностики «Лесенка» на констатирующем этапе

№	Имя ребёнка	Выбранная ступенька	Уровень развития
---	-------------	---------------------	------------------

п/п			компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я»
1	Катя Е.	1	В.У.
2	Ксения Е.	1	В.У.
3	Ваня Р.	2	С.У.
4	Павел Л.	3	С.У.
5	Ульяна П.	2	С.У.
6	Илья Л.	1	С.У.
7	Даша П.	1	В.У.
8	Ксения С.	2	С.У.
9	Ваня Г.	3	С.У.
10	Настя П.	2	С.У.
11	Ваня Д.	1	В.У.
12	Тимофей О.	3	С.У.
13	Вика П.	2	С.У.
14	Яна Д.	3	С.У.
15	Настя Я.	1	В.У.
16	Глеб Ш.	1	В.У.
17	Лиана К.	4	Н.С.У.
18	Арсений С.	4	Н.С.У.
19	Саша К.	3	С.У.
20	Саша А.	1	В.У.
21	Лолита Г.	4	Н.С.У.
22	Дима К.	4	Н.С.У.
23	Даша К.	6	Н.У.
24	Андрей М.	6	Н.У.
25	Богдан В.	4	Н.С.У.
			В.У. – 28 % С.У. – 40 % Н.С.У. – 24 % Н.У. – 8 %

## Приложение 4

## Методика «Какой Я?» (Р.С. Немов)

**Цель:** выявить уровень развития самооценки ребенка старшего дошкольного возраста.

**Инструкция:** спрашивали у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности (хороший, добрый, умный, аккуратный, послушный, внимательный, вежливый, трудолюбивый, честный, умный).

**Оценка результатов:**

Ответы «да» оценивались в 1 балл, ответы типа «нет» оценивались в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и «иногда» оценивались в 0,5 балла. Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

**Высокий уровень:** 10 -8 баллов.

**Средний (адекватный) уровень:** 7-4 баллов.

**Низкий уровень:** 3 -0 балл.

Приложение 5

Таблица 2.2.

Результаты диагностики «Какой Я?» на констатирующем этапе

№ п/п	Имя Ребёнка	Хороший	Добрый	Умный	Аккуратный	Послушный	Внимательный	Вежливый	Трудолюбивый	Честный	Умелый	общий балл	Уровень самооценки развития
1	Катя Е.	1	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	1	0,5	8	В.У.
2	Ксения Е.	1	1	1	1	0,5	0,5	0,5	1	1	0,5	8	В.У.
3	Ваня Р.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	7	С.У.
4	Павел Л.	1	1	1	0	1	1	0,5	0,5	1	0,5	7,5	С.У.
5	Ульяна П.	1	1	1	1	1	1	0,5	0	1	1	8,5	В.У.
6	Илья Л.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
7	Даша П.	1	1	1	1	1	1	0,5	1	1	1	9,5	В.У.
8	Ксения С.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
9	Ваня Г.	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	7	С.У.
10	Настя П.	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1	1	0,5	7,5	С.У.
11	Ваня Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
12	Тимофей О	1	1	1	0,5	0,5	1	1	1	1	1	9	В.У.
13	Вика П.	1	1	1	1	1	0,5	1	1	1	0,5	9	В.У.
14	Яна Д.	1	1	1	0	0	0,5	0,5	1	1	1	7	С.У.
15	Настя Я.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
16	Глеб Ш.	1	1	1	0	0,5	1	1	1	1	1	8,5	В.У.
17	Лиана К.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	1	8	В.У.
18	Арсений С.	1	1	1	0	0,5	0	0	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
19	Саша К.	1	1	1	1	1	1	0,5	1	1	0,5	9	В.У.
20	Саша А.	1	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	1	8	В.У.
21	Лолита Г.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	7,5	С.У.
22	Дима К.	0,5	1	0,5	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
23	Даша К.	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	6	С.У.
24	Андрей М.	1	1	1	0	0,5	0,5	0,5	0	0,5	0,5	5,5	С.У.
25	Богдан В.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
													В.У. - 60% С.У. - 40% Н.У. - 0%

Методика «Исследования эмоционального состояния» (цветовой тест по Э.Т. Дорофеевой)

**Цель:** выявить уровень оценки эмоционального состояния ребенка через изменение сдвига чувствительности по трем основным цветам.

**Проведение обследования:** ребенку выдают три карточки разного цвета (красная, синяя, зеленая) размером 7 x 7 см и предлагают разложить их в порядке предпочтения. Процедура повторяется три раза.

**Инструкция при первом предъявлении:** «Посмотри внимательно. Перед тобой лежат три карточки разного цвета - красная, синяя и зеленая. Выбери из них ту, которая тебе больше всего нравится».

**Инструкция, когда выбор ребенком сделан:** «А теперь, какую карточку по цвету выберешь?». Третья, последняя карточка, также фиксируется в протоколе.

**При предъявлении карточек в середине и в конце общения инструкция не изменяется:** «Выбери из них ту, которая тебе больше всего нравится по цвету. А из этих двух, оставшихся какая тебе больше нравится?»

По результатам обследования заполняется протокол на каждого ребенка.

В протоколе обследования фиксируется три варианта сдвига цветов и проводится анализ устойчивости психического состояния ребенка.

Индивидуальный протокол

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Группа детского сада \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_

№ п/ п	Ф. И. ребенк а	Порядок расположения цветов в общении			Основно й цветовой сдвиг	Устойчивост ь	Лабильност ь
		1 в начал е	2 в середин е	3 в конце			

**Обработка данных** проводится в соответствии с оценкой (характеристикой) психического состояния по типу сдвига чувствительности.

Количественная обработка данных проводится по формуле:

$$X = nx 100\% / N,$$

где n – известное число детей с тем или иным психическим состоянием,

N – общее количество детей, X – искомое в процентах.

Оценка эмоционального состояния по типу сдвига цветовой чувствительности

№ п/п	Порядок расположения цветов	Название эмоциональног о состояния	Характеристика эмоционального состояния
1	2	3	4
1	Красный- синий-зеленый (к-с-з)	Активные аффекты. Состояние аффективного возбуждения (АВ)	Диапазон изменений от переживания, чувства нетерпения, возмущения до состояния гнева, ярости. В клинике у психических больных (дисфория)

1	2	3	4
2	Красный-	Переживание	Эмоции, связанные с

	зеленый-синий (к-з-с)	состояния функционального возбуждения (ФВ)	удовлетворением потребности. Диапазон - от переживания чувства удовлетворения до восторга, ликования. Доминирование положительных эмоций
3	Зеленый-красный-синий (з-к-с)	Состояние функциональной расслабленности (ФР)	Отсутствие выраженных переживаний. Оценивается человеком как спокойное состояние, устойчивое, самое оптимальное для реализации человеческих контактов, отношений, различных видов деятельности, где не требуется напряжения
4	Зеленый-синий-красный (з-с-к)	Состояние функциональной напряженности, настороженности (ФН)	Ориентировочные реакции характеризуются повышением внимания, активностью, встречаются в тех ситуациях, где требуется проявление подобных качеств. Оптимальный вариант функциональной системы
5	Синий-зеленый-красный (с-з-к)	Состояние эмоционального торможения (ФТ)	Неудовлетворение потребностей (печаль, тоскливость, напряженность): от состояния грусти до подавленности, от озабоченности до тревоги. Полярно ФВ. Доминирование отрицательных эмоций. Перенапряжение всех систем организма
6	Синий-красный-зеленый (с-к-з)	Состояние аффективного торможения (АТ)	Встречается в основном в клинике при глубоких экзогенных депрессиях. Диапазон: от состояния

			растерянности, психологического дискомфорта до страха. Полярно АВ. Доминирование сильных отрицательных эмоций
--	--	--	--

Соответствие эмоционального состояния типу сдвига цветовой  
чувствительности

Сдвиги цветов	Названия сдвигов	Характеристика эмоций
к-к-з к-з-с	Аффективное возбуждение (АВ) Функциональное возбуждение (ФВ)	Положительные эмоциональные состояния (+)
з-к-с з-с-к	Функциональная расслабленность (ФР) Функциональная напряженность, настороженность (ФН)	Нейтральные эмоциональные состояния (*)
с-з-к с-к-з	Функциональное торможение (ФТ) Аффективное торможение (АТ)	Отрицательные эмоциональные состояния (-)

**Оценка результатов:**

**Высокий уровень:** положительные эмоциональные состояния.

**Средний (адекватный) уровень:** нейтральные эмоциональные состояния.

**Низкий уровень:** отрицательные эмоциональные состояния.

Результаты диагностики «Исследования эмоционального состояния»  
на констатирующем этапе

№ п/п	Имя ребёнка	Положительные эмоциональные состояния	Нейтральные эмоциональные состояния	Отрицательные эмоциональные состояния	Уровень оценки эмоционального состояния ребёнка через изменение сдвига чувствительности
1	Катя Е.	+	-	-	В.У.
2	Ксения Е.	+	-	-	В.У.
3	Ваня Р.	-	+	-	С.У.
4	Павел Л.	-	+	-	С.У.
5	Ульяна П.	+	-	-	В.У.
6	Илья Л.	-	+	-	С.У.
7	Даша П.	+	-	-	В.У.
8	Ксения С.	-	+	-	С.У.
9	Ваня Г.	-	+	-	С.У.
10	Настя П.	-	+	-	С.У.
11	Ваня Д.	+	-	-	В.У.
12	Тимофей О.	-	+	-	С.У.
13	Вика П.	-	+	-	С.У.
14	Яна Д.	-	+	-	С.У.
15	Настя Я.	+	-	-	В.У.
16	Глеб Ш.	+	-	-	В.У.
17	Лиана К.	-	+	-	С.У.
18	Арсений С.	-	-	+	Н.У.
19	Саша К.	-	+	-	С.У.
20	Саша А.	+	-	-	В.У.
21	Лолита Г.	+	-	-	В.У.
22	Дима К.	+	-	-	В.У.
23	Даша К.	-	-	+	Н.У.
24	Андрей М.	-	-	+	Н.У.
25	Богдан В.	-	+	-	С.У.
					В.У. – 32% С.У. – 56 % Н.У. – 12%

Приложение 8

Методика «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен)

**Цель:** определить уровень тревожности ребенка.

Методика предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

**Экспериментальный материал:** 14 рисунков (8,5x11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

**Проведение исследования:** Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

#### **Инструкция.**

Рис. 1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»

Рис. 2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»

Рис. 3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис. 4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»

Рис. 5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»

Рис. 6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»

Рис. 7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»

Рис. 8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Рис. 9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис. 10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Рис. 11. Собираание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»

Рис. 12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

Рис. 13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»

Рис. 14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

#### Протокол к методике

<b>Возраст ребенка:</b>
-------------------------

Имя ребенка: Дата проведения обследования:			
№и содержание рисунка	Высказывание ребенка	Выбор лица	
		веселое	печальное
1. Игра с младшими детьми			
2. Ребенок и мать с младенцем			
3. Объект агрессии			
4. Одевание			
5. Игра со старшими детьми			
6. Укладывание спать в одиночестве			
7. Умывание			
8. Выговор			
9. Игнорирование			
10. Агрессивное нападение			
11. Собираение игрушек			
12. Изоляция			
13. Ребенок с родителями			
14. Еда в одиночестве			

**Количественный анализ:** на основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$\text{ИТ} = (\text{число эмоциональных негативных выборов} / 14) * 100\%$$

$$\text{ИТ} = (8 / 14) * 100\% = 57\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

**Высокий уровень** тревожности (ИТ выше 50%);

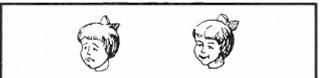
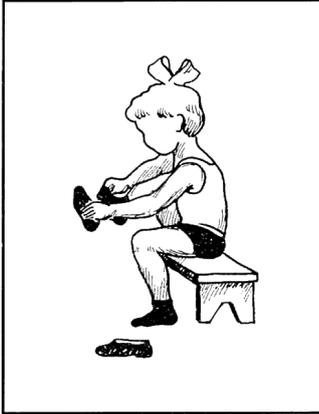
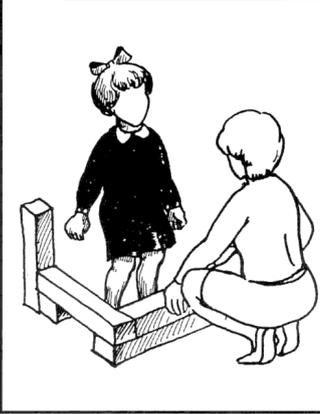
**Средний (адекватный) уровень** тревожности (ИТ от 20 до 50%);

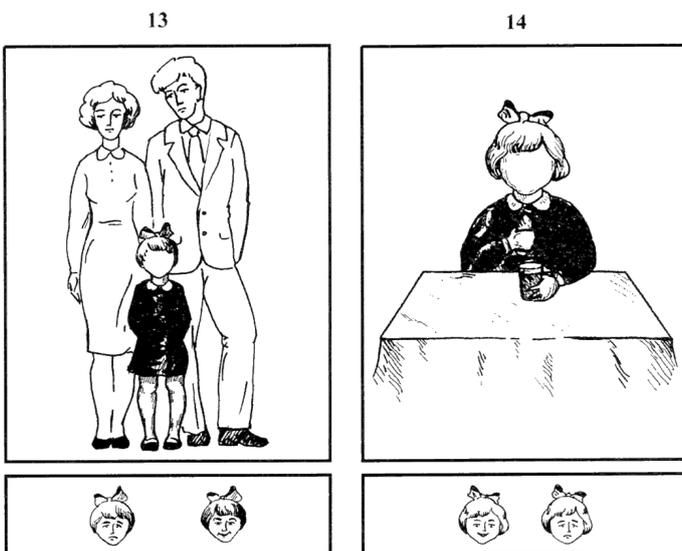
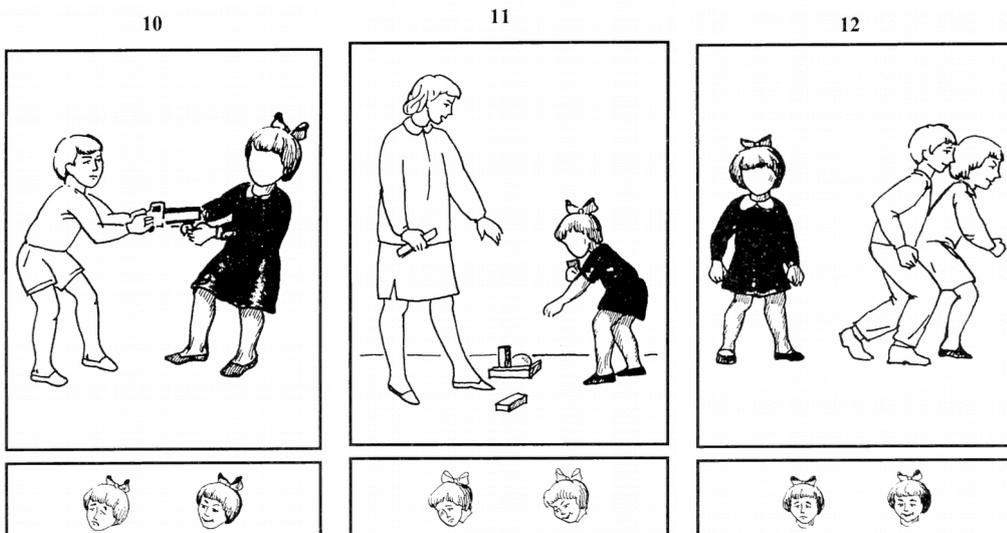
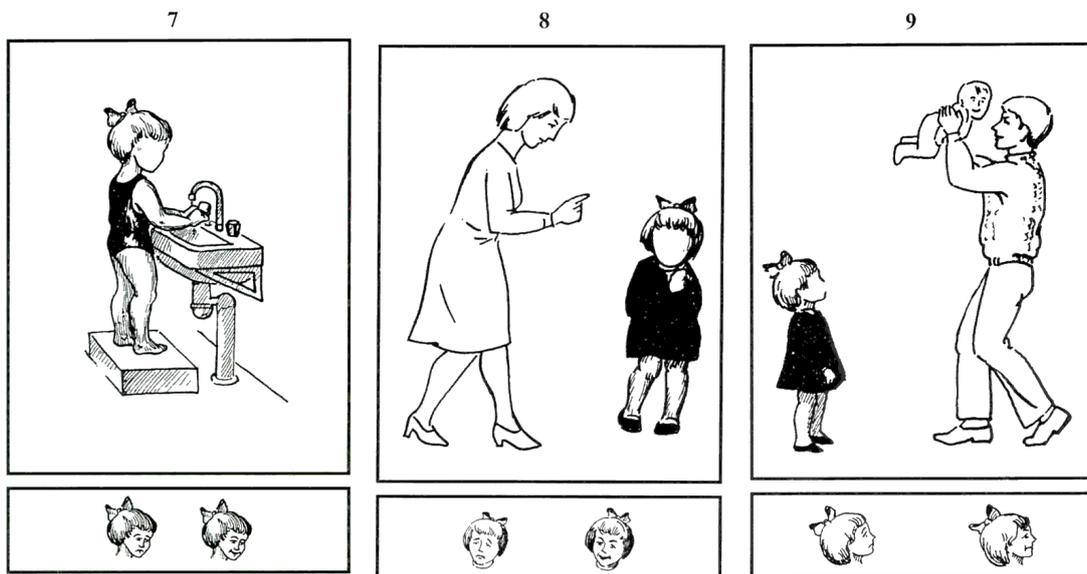
**Низкий уровень** тревожности (ИТ от 0 до 20%).

**Качественный анализ:** каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают Рисунки №4 («Одевание»), №6 («Укладывание спать в одиночестве»), №14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего будут обладать наивысшим индексом тревожности ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках №2 («Ребенок и мать с младенцем»), №7 («Умывание»), №9 («Игнорирование») и №11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним индексом тревожности ИТ.

Наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок-взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).

Картинки к тесту для девочек:

<p style="text-align: center;">1</p> 	<p style="text-align: center;">2</p> 	<p style="text-align: center;">3</p> 
		
<p style="text-align: center;">4</p> 	<p style="text-align: center;">5</p> 	<p style="text-align: center;">6</p> 
		

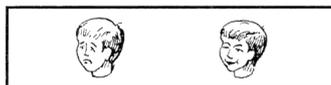


Картинки к тесту для мальчиков:

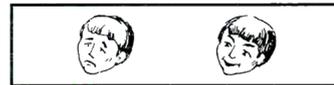
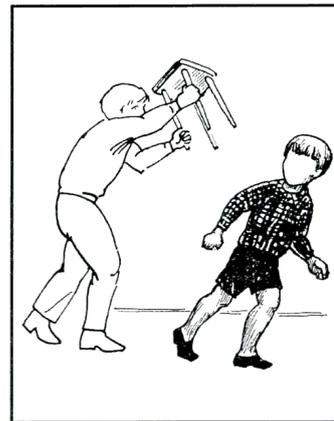
1



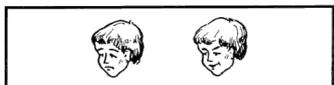
2



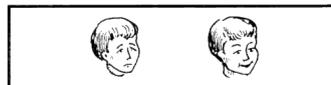
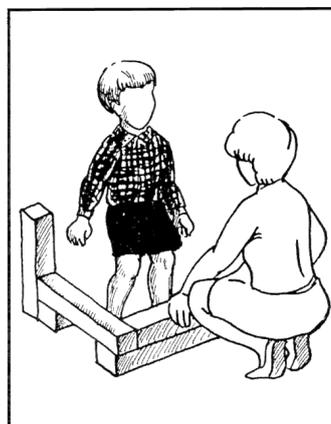
3



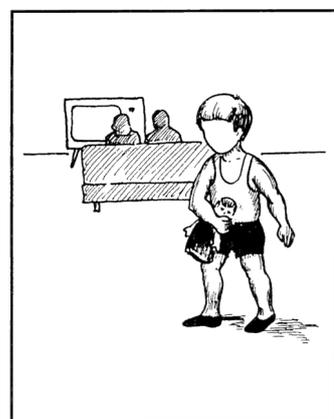
4



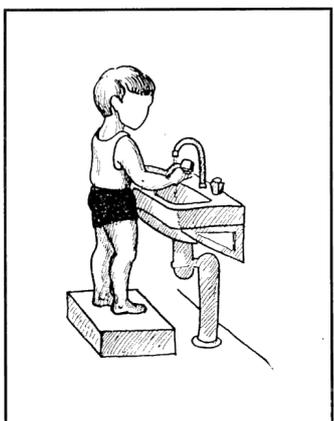
5



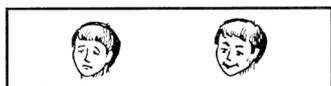
6



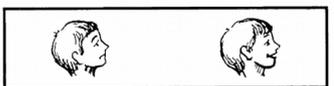
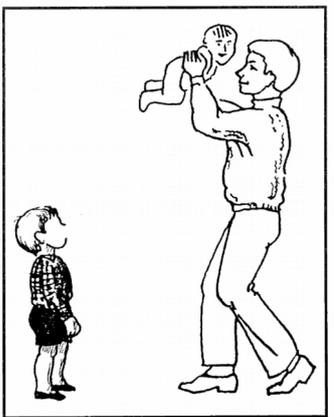
7



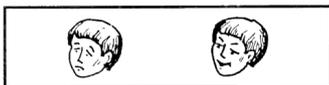
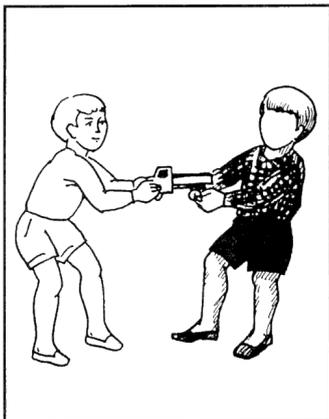
8



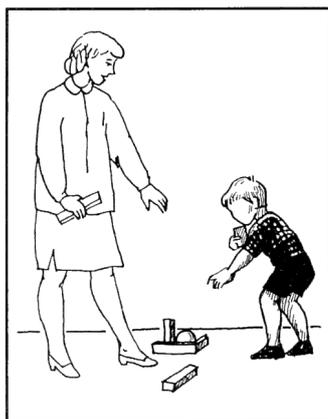
9



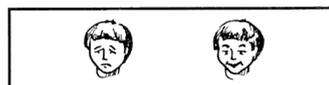
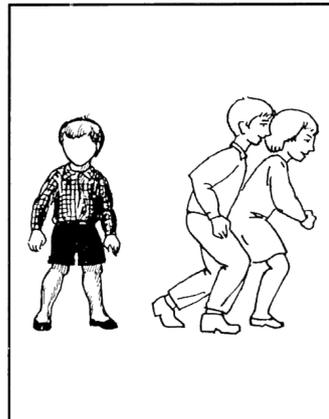
10



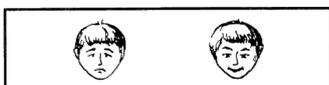
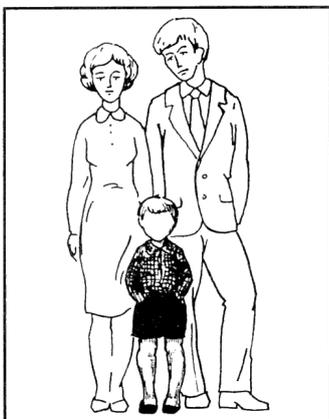
11



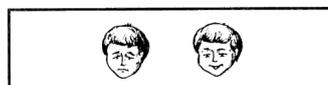
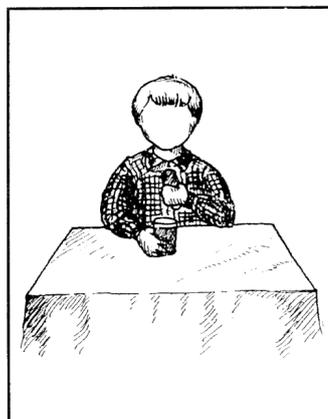
12



13



14



## Приложение 9

Таблица 2.4.

Результаты диагностики «Выбери нужное лицо» на констатирующем этапе

№ п/п	Имя ребёнка	ИТ выше 50%	ИТ от 20 до 50%	ИТ от 0 до 20%	Уровень тревожности ребенка
1	Катя Е.	-	+	-	С.У.
2	Ксения Е.	-	+	-	С.У.
3	Ваня Р.	-	+	-	С.У.
4	Павел Л.	-	+	-	С.У.
5	Ульяна П.	-	-	+	Н.У.
6	Илья Л.	-	+	-	С.У.
7	Даша П.	+	-	-	В.У.
8	Ксения С.	-	+	-	С.У.
9	Ваня Г.	-	+	-	С.У.
10	Настя П.	+	-	-	В.У.
11	Ваня Д.	-	+	-	С.У.
12	Тимофей О.	-	+	-	С.У.
13	Вика П.	-	+	-	С.У.
14	Яна Д.	-	+	-	С.У.
15	Настя Я.	-	-	+	Н.У.

16	Глеб Ш.	+	-	-	В.У.
17	Лиана К.	+	-	-	В.У.
18	Арсений С.	-	+	-	С.У.
19	Саша К.	-	+	-	С.У.
20	Саша А.	-	+	-	С.У.
21	Лолита Г.	+	-	-	В.У.
22	Дима К.	-	-	+	Н.У.
23	Даша К.	-	+	-	С.У.
24	Андрей М.	-	+	-	С.У.
25	Богдан В.	+	-	-	В.У.
					В.У. – 24 % С.У. – 64 % Н.У. – 12 %

## Приложение 10

### Методика «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?»

(Р.С. Немов)

**Цель:** выявить уровень оценки коммуникативных качеств личности ребенка-дошкольника.

Эта методика представляет собой опросник, предназначенный для экспертного оценивания коммуникативных качеств личности ребенка-дошкольника. Межличностные отношения или функционально связанные с ними коммуникативные качества личности ребенка в данном случае определяются небольшой группой независимых взрослых людей, хорошо знающих данного ребенка. Это его родители (родственники), воспитатели и другие педагогические работники дошкольных воспитательных учреждений. Желательно, чтобы такие оценки одновременно давали ребенку не менее двух, трех человек при условии, что хотя бы один из них не входит в число родственников ребенка и относится к нему более или менее эмоционально нейтрально (не безразлично, но и не субъективно). Исключение из этого правила представляет лишь тот случай, когда ребенка принимают в

дошкольное учреждение и никто, кроме родственников, еще не в состоянии его по-настоящему оценить.

С помощью приводимого далее опросника оцениваются следующие коммуникативные качества и виды отношений ребенка с людьми:

- |                            |                             |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1. Доброта.                | 7. Отзывчивость, готовность |
| 2. Внимательность к людям. | прийти на помощь.           |
| 3. Правдивость, честность. | 8. Справедливость.          |
| 4. Вежливость.             | 9. Жизнерадостность.        |
| 5. Общительность.          | 10. Ответственность         |
| 6. Щедрость.               |                             |

**Коммуникативный личностный опросник для родителей, воспитателей и  
родственников ребенка**

1. Добр ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
2. Внимателен ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
3. Правдив ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
4. Вежлив ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
5. Общителен ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
6. Щедр ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
7. Отзывчив ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
8. Справедлив ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
9. Жизнерадостен ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю
10. Ответственен ли Ваш ребенок?  
а) да, б) нет, в) когда как, г) не знаю

**Оценка результатов**

За каждый ответ типа «да» ребенок получает 1 балл. За каждый ответ типа «нет» ему приписывается 0 баллов. Каждый ответ типа «когда как» или «не знаю» расценивается в 0,5 балла.

**Высокий уровень:** 8-10 баллов.

**Средний (адекватный) уровень:** 7-4 баллов.

**Низкий уровень:** 3-0 балла.

## Приложение 11

Таблица 2.5.

Результаты диагностики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» на констатирующем этапе

№ п/п	Имя Ребёнка	Доброга	Внимательность к людям	Правдивость, честность	Вежливость	Общительность	Щедрость	Отзывчивость, готовность прийти на помощь	Справедливость	Жизнерадостность	Ответственность	общий балл	Уровень развития коммуникативных качеств личности ребенка-дошкольника
1	Катя Е.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
2	Ксения Е.	1	1	0	1	0,5	0,5	0,5	1	1	0,5	7	С.У.
3	Ваня Р.	1	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	6	С.У.
4	Павел Л.	1	1	1	0	1	1	0,5	0,5	1	0,5	7,5	С.У.
5	Ульяна П.	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
6	Илья Л.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,5	9,5	В.У.
7	Даша П.	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0,5	0	1	0,5	5	С.У.
8	Ксения С.	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	7	С.У.
9	Ваня Г.	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	7	С.У.
10	Настя П.	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1	1	0,5	7,5	С.У.
11	Ваня Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
12	Тимофей О.	0,5	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	1	0,5	7,5	С.У.
13	Вика П.	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	1	1	0,5	7	С.У.
14	Яна Д.	1	1	1	0	0	0,5	0,5	1	1	1	7	С.У.
15	Настя Я.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
16	Глеб Ш.	0,5	1	0,5	0	0,5	1	1	0,5	1	0,5	6,5	С.У.
17	Лиана К.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	7,5	С.У.
18	Арсений С.	1	0	0	0	0,5	0	0	0,5	0,5	0,5	3	Н.У.
19	Саша К.	1	1	0	1	1	0	0,5	0	1	0,5	6	С.У.
20	Саша А.	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	0,5	6,5	С.У.
21	Лолита Г.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	7,5	С.У.

22	Дима К.	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	7	С.У.
23	Даша К.	0,5	0	0,5	0	0,5	0	0,5	0	0,5	0	2,5	Н.У.
24	Андрей М.	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0	0,5	0	0,5	0	3	Н.У.
25	Богдан В.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
													В.У.20 % С.У.68 % Н.У.12 %

Приложение 12

Таблица 2.6.

Результаты диагностики уровня развития уверенности в себе у детей  
старшего дошкольного возраста (по пяти методикам)

№ п/п	Имя ребёнка	«Лесенка»	«Какой Я?»	«Исследования эмоционального состояния»	«Выбери нужное лицо»	«Каков ваш ребенок с окружающими людьми?»	уровень уверенности в себе
1	Катя Е.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.
2	Ксения Е.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
3	Ваня Р.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
4	Павел Л.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
5	Ульяна П.	С.У.	В.У.	В.У.	Н.У.	С.У.	С.У.
6	Илья Л.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.
7	Даша П.	В.У.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.
8	Ксения С.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
9	Ваня Г.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
10	Настя П.	С.У.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.
11	Ваня Д.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.
12	Тимофей О.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
13	Вика П.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
14	Яна Д.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
15	Настя Я.	В.У.	В.У.	В.У.	Н.У.	В.У.	В.У.
16	Глеб Ш.	В.У.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.
17	Лиана К.	Н.С.У.	В.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.
18	Арсений С.	Н.С.У.	С.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.
19	Саша К.	Н.С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
20	Саша А.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
21	Лолита Г.	Н.С.У.	С.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.
22	Дима К.	Н.С.У.	С.У.	В.У.	Н.У.	С.У.	С.У.
23	Даша К.	Н.У.	С.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.
24	Андрей М.	Н.У.	С.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.	Н.У.
25	Богдан В.	Н.С.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.	В.У.
							В.У. – 32 % С.У. – 56 % Н.У. – 12 %

## НОД по познавательному развитию

### «Наши имена и фамилии».

Цель:

1. Развивать познавательный интерес, повышать самооценку.
2. Расширить знания детей о том, что у каждого человека есть свои имя и фамилия, которые отличают их от других людей; познакомить с историей возникновения фамилий; закрепить умение называть себя и своих родителей полным именем.
3. Воспитывать доброжелательное отношение к себе, к родителям и другим людям.

Материал: Альбом с семейными фотографиями, кукла, мяч, письмо, бандероль, капельки доброты, «Свидетельство о рождении», «паспорт», цветок с отдельными лепестками.

Ход: Дети встали в круг.

Воспитатель: Я вас вижу каждый день. Знаю вас хорошо. Но к нам пришли сегодня гости. Обратите на них внимание, они вас не знают. Давайте мы с ними поздороваемся, и скажем, как нас зовут. Каждый из вас возьмёт по лепестку, сейчас мы с вами составим целый цветок (пример: Здравствуйте, меня зовут Светлана Михайловна).

(Садимся на стульчики).

Стук в дверь. Приходит почтальон, приносит письмо. Читаем вместе с детьми, но на письме нет «кому». Говорим, что это письмо не нам и отдаём обратно почтальону.

Воспитатель: Ребята, почему мы отдали это письмо обратно? (ответы детей). Да, на нём нет ни имени, ни фамилии.

Сегодня мы поговорим об имени и фамилии человека.

Воспитатель: Вас связывает много общего. Однако каждый человек отличается... чем? (своей внешностью, характером и, конечно именем). Да, у каждого человека есть имя. Сейчас мы с вами убедились, как важно имя человека. Как вы думаете, бывают ли люди, у которых нет имён? Для чего нужны имена? (ответы детей). Ребята, а по имени можно узнать, кто это мальчик или девочка, мужчина или женщина?

*Игра «Кто это?».*

Воспитатель: Есть люди с одинаковыми именами, можно ли сказать, что эти люди похожи друг на друга? (ответы детей).

Ребята, а вы можете назвать имена, которые носят и мальчики и девочки (ответы детей).

Воспитатель: У каждого имени есть своя древняя история. Вам наверно, будет интересно узнать, как в старину нарекали (называли) малышей. Сейчас мы узнаем.

Включается аудиозапись. Под напев, воспитатель говорит: «Имя говорит о человеке многое. Называя малыша, родители тщательно подбирают имя, они хотят видеть ребёнка в будущем здоровым, сильным, добрым, красивым, умным. Отсюда и такие имена как Добрыня – делающий добро, Любомир – любящий мир, Елена – свет, светлая, Галина – тишина, спокойствие, Людмила – милая людям, Владимир – борец за мир. Имя ребёнка выбирают родители, а фамилия переходит от прадедов, дедов и отцов.

- Можно ли прожить без фамилии? (ответы детей). Очень трудно.

Разбор ситуации, на примере Ульяны в нашей группе.

- А что было бы, если не было фамилий? (ответы детей).

- Когда – то очень давно на Земле людей было очень мало, у каждого было имя, чтобы различать друг друга. Но людей становилось всё больше и больше. Стали придумывать фамилии.

В селе Грибановка жили Грибановы, в селе Гончарное – Гончаровы, в селе Веселушки – Веселовы.

- Придумывали фамилии и по профессиям. У кузнеца, фамилия – Кузнецов, у столяра – Столяров, у плотника – Плотников.

- Часто придумывали фамилии по имени отца. Сын Ивана – Иванов, сын Степана – Степанов. Фамилии издавна переходят от отца.

У каждого человека есть имя, фамилия и отчество. Когда человек рождается, ему выдают «Свидетельство о рождении», документ в котором записывают его имя, фамилию, отчество.

(Воспитатель показывает свои документы). А потом, когда вы вырастаете и повзрослеете, вам выдадут другой документ – паспорт.

Имя каждый ребёнок получает такое, какое придумают его родители, а отчество переходит от отца. И фамилия переходит от отца.

- Вы знаете, как зовут ваших родителей? Давайте проверим.

Это наш альбом с семейными фотографиями и чью фотографию открою, тот и называет своих родителей по имени, отчеству.

- Молодцы дети, знаете, как зовут ваших родителей.

Пока вы ещё маленькие и вас называют по-детски, ласково, но когда вы вырастаете и, станете взрослыми, к вам будут обращаться по имени, отчеству.

Ребята, давайте поиграем: Представьте, что вы стали взрослые и пришли на конференцию, но мы не знаем как вас зовут. Вы должны представиться повзрослому. (Дети подбирают себе атрибуты – шляпу, галстук, шарфик, очки, сумочку, папку для бумаг и др.). (Можно использовать приём воспитателя).

Хорошо играли, правильно представлялись.

У вас у всех есть имена, фамилии. Все они очень красивые.

Стук в дверь. Вносят бандероль.

Читаем. Написано: Кому: Даше, Кате и т.д.

Открываем бандероль, там «капельки доброты».

Воспитатель раздает их детям.

Воспитатель: Вы вырастаете и станете хорошими людьми, сделаете много добрых дел для всех людей и прославите своё имя и свою фамилию.

## НОД по познавательному развитию для детей старшей группы

### "Айболит в гостях у ребят"

Цель:

- 1.Повышать самооценку и уверенность в себе.
- 2.Развивать у детей коммуникативные качества, логическое мышление.
- 3.Формировать умение понимать вопросы и отвечать на них, способствовать развитию воображения.
- 4.Воспитывать умение чувствовать и понимать другого.

Ход: дети под музыку входят в зал и выстраиваются у центральной стены в шеренгу.

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем праздник здоровья, приглашаю всех ребят отправиться вместе на веселые соревнования, предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку.

Чтобы сильным, ловким быть,

Нужно с солнышком дружить,

Утром раньше всех вставать

И зарядку выполнять.

(Разминка, проводит инструктор по физической культуре)

Вбегает доктор Айболит: Подождите, подождите! Ох, дети! Я еле – еле успел на ваш праздник.

По полям, по лесам, по лугам я бежал

И два только слова шептал:

Детский сад, детский сад, детский сад!

И вот я здесь, у вас ангина?

Дети: Нет!

Айболит: Скарлатина?

Дети: Нет!

Айболит: Холерина?

Дети: Нет!

Айболит: Аппендицит?

Дети: Нет!

Айболит: Малярия и бронхит?

Дети: Нет!

Айболит: Ох, какие здоровые дети! Вы только посмотрите! (подходит и осматривает детей, трогает бицепсы, слушает дыхание) Все веселые, нет болезней никаких. В чем же ваш секрет!

Ребенок:

Я открою вам секрет –

В мире нет рецептов лучше:

Будь со спортом не разлучен –

Проживешь тогда сто лет!

Вот ребята весь секрет!

Встаньте прямо, улыбнитесь.

Ведущий: Ребята, а вы хотите поиграть в веселую игру «У ребят порядок строгий». Я напомню всем правила игры. По сигналу трубы все разбегутся по залу, по второму сигналу все зайчата сделают круг вокруг зайчонка с трубой, а все медвежата вокруг медвежонка с трубой. Но Ведущий: Сегодня на нашем празднике мы будем играть много интересных игр, преодолеем все препятствия, и этим покажем, что заниматься спортом нужно не только летом, но и зимой и осенью, весной. Тогда все будут веселы, бодры, здоровы и веселы.

Айболит: Вот именно поэтому я хочу провести с ребятами дыхательную гимнастику. Прошу ребят всех встать и команды выполнять:

Все дышите, не дышите.

Все в порядке – отдохните.

Вместе руки поднимите.

Превосходно! Опустите!

Наклонитесь, разогнитесь

сначала надо произнести слова: «У ребят порядок строгий, знают все свои места, ну трубите веселее: тра – та – та и тра – та – та!» Посмотрим, кто быстрее соберется.

(проводится игра «У ребят порядок строгий»)

Ведущий: Молодцы ребята быстро и ловко вы выполнили задание. А теперь поиграем музыкальную игру. (Игру проводит музыкальный работник).

Ведущий: Доктор Айболит тебе понравилась наша игра?

Айболит: Ребята вы весело и задорно играете. Но хочу вам напомнить, что растущему организму необходимы витамины. А кто мне скажет, в чем больше всего витаминов?

Дети: Больше всего витаминов в фруктах и овощах.

Айболит: правильно ребята, молодцы.

Ведущий: Доктор Айболит, мы сейчас поиграем игру «Приготовим борщ и компот», а ты проверишь, не перепутали ли ребята овощи с фруктами.

Я расскажу вам правила игры, в игре участвуют две команды, одна команда будет «варить» борщ, другая «компот». Перед вами стоит корзина с овощами и фруктами. В противоположной стороне зала стоят кастрюли, каждый из участников может перенести в кастрюлю лишь один предмет, какая из команд быстрее перенесет предметы, та и победит.

(Проводится игра – эстафета «Приготовим борщ и компот»).

Айболит: молодцы ребята справились и с этим сложным заданием.

Ведущий: Доктор Айболит, а наши ребята умеют делать массаж лица.

Айболит: Очень интересно, я посмотрю, к тому же это очень полезно для здоровья.

Массаж лица «Ежик» (с проговариванием чистоговорки).

Жа – жа – жа мы нашли в лесу ежа

(слегка поглаживая пальцами, провести по лбу 7 раз)

Жу – жу – жу подошли мы к ежу.

(слегка касаясь пальцами провести по щекам 7 раз)

Ужа – ужа – ужа впереди большая лужа

(приставив ладони ко лбу, как бы сделать козырек, и растереть лоб движениями в стороны – вместе)

Жок – жок – жок надень ежик сапожек

(кулачками массировать крылья носа).

Ведущий: Ой, как глазки заблестели и как щечки покраснели, хотите еще поиграть?

Дети: Да.

Ведущий: Давайте поиграем в игру «Мой веселый звонкий мяч», эта игра вам хорошо знакома. Давайте сделаем большой круг, я с корзиной мячей стану в середину круга, как только вы произнесете слова:

Мой веселый звонкий мяч

Ты куда помчался вскачь

Красный, желтый, голубой

Не угнаться за тобой»

я подброшу мячи вверх, а вы должны быстро собрать их обратно в корзину.

Айболит: То, что вы быстрые, ловкие и умелые я уже увидел, а вот попробуйте отгадать мои загадки на смекалку.

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет

Ежедневно встав с постели

Поднимаю я... (гантели)

Ты идешь с друзьями в лес,

А он на плечи тебе влез,

Сам идти не хочет,

Он тяжелый очень (рюкзак)

Зеленый луг, сто скамеек вокруг,

От ворот до ворот бойко бегают народ  
На воротах этих рыбацкие сети (стадион)

Его пинают, а он не плачет

Его бросают – назад скачет (мяч).

Ведущий: Ребята, хотите поиграть еще?

Дети: Да!

Ведущий: Давайте покажем Доктору Айболиту, какие мы ловкие и быстрые, поиграем в игру «Дорожка препятствий». Правила игры просты, чья команда быстрее преодолет все препятствия, та команда и выигрывает. Необходимо перешагнуть через 3 косички, подлезть под дугу, обежать куб и вернуться в конец колонны.

Ведущий: Посмотрите, ребята, сколько красивых, осенних листочков принесла нам осень, но это необычные листочки, на них изображены человечки, которые делают зарядку. Сейчас мы поиграем с этими листочками, я разложу их по кругу и мы сделаем круг. Как только зазвучит музыка мы будем ходить по кругу, а когда музыка закончится, каждый перевернет листочек и покажет как стоит его человечек.

(проводится подвижная игра «Осенние листочки»)

Праздник веселый удался на славу!

Думаю, всем, он пришелся по нраву.

Ребенок: Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно,

Только надо знать, как здоровым стать

С физкультурой мы дружны

Знать об этом все должны!

Айболит: Очень рад я и доволен,

Что из вас никто не болен,

Каждый весел и здоров, К угощению готов. (Айболит преподносит детям поднос с фруктами)

НОД по развитию эмоций у детей старшего дошкольного возраста  
«Путешествие улыбка»

Цель:

1. Развивать у детей чувство уверенности в себе.
2. Формировать положительное отношение к окружающим, сбалансированность эмоций.
3. Совершенствовать умение выслушать, помочь, поддержать другого в решении поставленных задач.
4. Формировать умение проявлять навыки и знания общечеловеческих норм и правил общения.
5. Развивать воображение и творческие способности детей.

Ход: Под музыку В. Шаинского «Улыбка» дети заходят в группу.

Коммуникативная игра «Приветствие».

- Ребята поприветствуйте друг друга разными способами: мизинцами, большими пальцами, локтями.

Посмотрите на эти разноцветные колпачки. Они не простые, а волшебные. Их можно оживить, но, к сожалению, я забыла волшебные слова. Ребята, давайте вспомним волшебные заклинания. (При помощи волшебных слов колпачки «оживают».)

*Коммуникативная игра «Передай настроение».*

- Какое весёлое настроение у наших колпачков, свою улыбку они хотят подарить вам. Нужно передать колпачок друг другу и улыбнуться. А ещё колпачки знают один очень важный секрет, но чтобы его найти нужно отправиться в далёкое плавание. Вы согласны? Тогда в путь. Садитесь на корабль, а колпачок укажет нам дорогу.

*Остров «Плакс».*

- Вижу остров. Выходите на берег. (Демонстрируется маска печали.) Ребята, как вы думаете, какие жители живут на этом острове? (Дети подбирают определение.)

Мы с вами попали на остров, где живут одни плаксы. Они всё время проливают слёзы, и никто не может их успокоить. Изобразите жителей этого острова. (Дети с помощью мимики изображают плакс.)

- Вспомните случай, когда вам было очень грустно.

- А каких грустных сказочных героев вы знаете?

*Этюд «Золушка».*

(Ребёнок изображает Золушку, которая пришла домой печальной: она потеряла туфельку.)

- Идёт Золушка, голова поникшая, опущены уголки губ, медленная походка.

*Остров «Радости»* (воспитатель показывает маску радости).

- Ребята, как вы думаете, какие жители на этом острове?

Да, жители этого острова радостны и беззаботны, танцуют, поют, веселятся и вас приглашают. Надевайте бусы, браслеты. (Дети танцуют под музыку В. Шаинского «Чунга-чанга».)

- Очень весело на этом острове, но пора нам дальше.

*Остров «Страха»*

-Какое настроение у жителей этого острова (испуганное).

Мы с вами прибыли на остров страха. Когда я была маленькая, как вы, то боялась темноты, когда самые обычные вещи вдруг становились страшными, звуки зловещими.

Ребята, возьмите свои рисунки и расскажите, чего вы боитесь. (Дети демонстрируют свои рисунки, рассказывают свои страхи.)

- Ребята, давайте прогоним свой страх. Садитесь в круг, будем стучать руками по полу и говорить «Уходи, страх, уходи!» Теперь нам не будет страшно.

*Остров «Злости»*

- Ребята, бывают такие ситуации, когда вы рассержены друг на друга, начинаете кричать, ругаться.

Давайте с вами поругаемся, но не плохими словами, а... овощами, «Ты-огурец, а ты – морковка...».

*Игра «Ругаемся овощами»*

Стало очень весело и совсем не хочется сердиться, можно отправляться дальше.

*Игра «Молчаливые загадки»*

- Какие необычные облака. Изобразите, на что они похожи, а я попробую угадать. (Облака, лягушка, медвежонок, птичка.)

*Остров дружбы*

- Ребята, как вы думаете, какие жители живут на этом острове? (весёлые, счастливые).

Да, потому что они никогда не ссорятся. Мы попали на остров «Дружбы». Жители острова очень любят играть в игру «Комплименты», и хотят научить вас играть в эту игру. Будем передавать клубочек и говорить, что вам друг в друге нравится.

-А что это такое? (Дети находят сердечко, на котором написано: «Секрет, кто важнее всего на свете» переворачивают и видят своё отражение.)

Посмотрите в это сердечко, и вы узнаете, кто важнее всего на свете? Да, ребята, вы сами, важен каждый человек.

Ещё на этом острове можно загадать желание и оно обязательно исполнится.

А поможет нам волшебная рыбка, если её перевернуть, то она превращается... в кувшин. Опускайте в него свои желания.

«Пусть всегда будет солнце!

Пусть всегда будет небо!

Пусть всегда будет мама!

Пусть всегда буду я!»

## НОД по формированию коммуникативных навыков:

## «Игры в волшебном круге».

Цель:

1. Развивать навыки общения.
2. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.

Ход: Педагог предлагает послушать музыку и подобрать к ней соответствующую пиктограмму. Звучит тревожная музыка (пиктограмма — страх), веселая (радость) и т.д. Воспитатель предлагает под спокойную музыку походить, под веселую — потанцевать, под тревожную — присесть, закрыть глаза (страшно).

Воспитатель: посмотрите: пригрело солнышко, и на полянке появились цветы. Они тянут свои нежные лепестки к солнцу, чуть покачиваясь от легкого ветерка. (Читает стихотворение, дети выполняют соответствующие движения.)

На лужайке поутру

Мы затеяли игру.

Ты — ромашка, я — вьюнок.

Становитесь в наш венок.

Раз, два, три, четыре —

Раздвигайте круг пошире.

(Воспитатель спрашивает каждого ребенка, какой он цветок. Обращает внимание на то, что все дети дружно держатся за руки).

А теперь мы ручейки,

Мы бежим вперегонки —

(легкий бег по комнате)

Прямо к озеру спешим.

Станет озеро большим.

Раз, два, три, четыре —

Раздвигайте круг пошире

(делают большой круг).

Сейчас мы станем солнечными лучиками и будем дарить тепло и ласку друг другу, как это делает солнышко. (Дети прикасаются друг к другу, улыбаются.) Солнышко большое, ласковое. Какое оно еще? (Дети придумывают сравнения, ласковые слова о солнце.)

Становитесь в круг опять,

Будем в солнышко играть.

Мы — веселые лучи,

Мы резвы и горячи.

Раз, два, три, четыре —

Раздвигайте круг пошире!

А сейчас сядем и послушаем, что же случилось на лесной полянке. (Включает запись. Дети слушают спор зверей: медвежонок, зайчика, ежика, лисенка.)

Медвежонок: солнышко — мое, потому что я больше вас всех, сильнее вас всех.

Зайчик: нет, солнце — мое, потому что я бегаю и прыгаю быстрее всех и, солнечные лучи любят со мной бегать и прыгать.

Лисенок: а у меня, лисенка, шубка такого же цвета, как и солнышко, поэтому солнышко — мое!

Ежик: а у меня, ежика, иголок много, они длинные и прямые, как лучи у солнышка, поэтому оно — мое!

Воспитатель: кто же прав? Чье, все — таки, солнышко? (Ответы.) а дети нашей группы очень редко ссорятся и любят говорить только ласковые слова. Встаньте в пары, возьмитесь за руки и глядя друг другу в глаза, скажите, что-нибудь приятное. (Помогает при необходимости подобрать нужные слова.)

В конце дети поют любую песню, взявшись за руки.

## Коррекционно-развивающее занятие «Развитие коммуникативных навыков»

Цель:

1. Формировать навыки позитивного, созидательного общения.
2. Развивать коммуникативные навыки у детей.
3. Создавать возможность для самовыражения.
4. Научить регулировать свое поведение в коллективе.

Материалы: клубок или мячик, большие буквы формат А4, ватман, цветные карандаши или фломастеры (акварель).

*Ход: (Занятие проводится в групповой комнате, рабочие места для детей подготовлены заранее).*

Воспитатель. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы собрались нашей дружной компанией, чтобы поговорить о важном слове, без которого мы не сможем существовать и развиваться в правильном направлении. Это слово «ОБЩЕНИЕ». Знаете что это такое?

*Дети отвечают.*

Приветствие

Воспитатель. У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня. Итак, я — Света. Больше всего я люблю гулять в парке со своей собакой и т.д.

Далее по очереди высказываются дети.

Игра «Выбери партнера»

*Участники стоят в кругу.*

Воспитатель. Сейчас вы должныделиться на пары. Каждый из вас должен выбрать себе партнера, но так, чтобы другие этого не заметили. Например, я хочу, чтобы моим партнером стала Ксюша, я смотрю на нее и незаметно ей подмигиваю. Попробуйте договориться с тем, кого вы выбрали глазами. Все

договорились? Сейчас мы выясним, кто сумел договориться. На счет три подойдите к своему партнеру и возьмите его за руку.

*Далее, пары садятся на стульчики.*

Упражнение «Расшифруй слово»

Воспитатель. Предлагаем парам, дать характеристику слову ОБЩЕНИЕ по буквам. Каждой паре своя буква.

*Общение – форма связи между людьми, взаимодействие, действие совершаемое вместе, сообща.*

Столько хороших, важных слов раскрывает нам понятие «общение».

О – объединение, открытость;

Б – близость, безопасность;

Щ – щедрость;

Е – единение;

Н – необходимость;

И – искренность;

Е – единомыслие, единство.

- Ребята, а что, по-вашему, такое общение, где можно его встретить, какую важность представляет общение, какими способами и как вы умеете общаться?

*Дети отвечают на вопросы.*

Психогимнастика

1. Описать в воздухе букву «А» правой ногой.
2. Описать в воздухе букву «А» левой ногой.
3. Описать в воздухе подбородком свое имя.
4. Вытянуть руки вперед послать воображаемый подарок своему соседу или всем детям.
5. Сцепив руки в замок, вытянув вперед, написать в воздухе: «Мама».
6. Взяться за руки и глядя соседу в глаза, подарить ему самую дорогую улыбку, какая есть.

### *Упражнение «Конкурс хвастунов»*

Участники садятся на стульчики в круг.

Воспитатель. Сейчас мы проведем конкурс хвастунов. Выигрывает тот, кто лучше похвастается. Хвастаться мы будем не собой, а своим соседом. Ведь это так приятно – иметь самого лучшего соседа! Посмотрите внимательно на того, кто сидит справа от вас, подумайте, какой он, что в нем хорошего, что он умеет. Не забывайте, что это конкурс. Выигрывает тот, кто лучше похвастается своим соседом, кто найдет в нем больше достоинств.

Участники по кругу называют преимущества своего соседа и хвастаются его достоинствами. При этом совершенно не важна объективная оценка – реальные это достоинства или придуманные. Неважен также масштаб этих достоинств – это могут быть и громкий голос и аккуратная прическа и т.д. победителя выбирают сами участники, но в случае необходимости, психолог им помогает, или высказывает свое мнение. Победитель награждается каким-либо призом.

### *Упражнение «Исполнение желания»*

Дети разбиваются на пары, выбирают водящего.

Воспитатель. Ребята, дотроньтесь до своего партнера и спросите его: «Чем я могу тебе помочь? Что я могу для тебя сделать?». Тот может ответить: «Спой, станцуй, расскажи что-нибудь смешное, попрыгай на скакалке», – или предлагает что-нибудь хорошее сделать.

### *Упражнение «Закончи предложение»*

Дети садятся в круг.

Воспитатель. Предлагаю следующую игру, вам нужно закончить каждую из предложенных вами фраз: “Я умею...”, “Я хочу...”, “Я смогу...”, “Я добьюсь...”.

### *Рефлексия «Дорисуй»*

Участники группы совместно рисуют общее впечатление от занятия, передавая ватман по кругу. Последний участник заканчивает рисунок, в итоге получается общая картина от проведенного занятия.

*Упражнение «Дружеские объятия»*

Воспитатель. Ребята на этом мы заканчиваем наше интересное и познавательное занятие. Попрощайтесь, пожалуйста, с тем, кто вам стал дорог, более тепло: обнимитесь как очень добрые друзья и скажите друг другу «спасибо». До новых встреч!

### Занятие 1. «МАГАЗИН ИГРУШЕК»

Цель: учить выразительно изображать отдельные эмоциональные состояния (радость, удивление, интерес, гнев, отвращение, презрение, страх и др.) и некоторые эмоционально окрашенные чувства (гордость, застенчивость, уверенность и др.). Знакомить с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, походкой.

1. Разминка. Дети сидят в кругу на стульях. Педагог: Сегодня мы отправимся в магазин игрушек. Но сначала попробуем угадать, какие любимые игрушки есть у каждого из нас, например, у Кати? (Дети называют игрушки, пробуя угадать любимую у каждого по очереди.) (1-2 мин.). А теперь вспомним, какие любимые игрушки есть у нас в комнате. Называть будем не сами игрушки, а только звуки, которыми можно их описать, например: (Педагог имитирует звук самолета, мотоцикла, а дети угадывают.) (1-2 мин.)

А теперь каждый будет своей любимой игрушкой. Побежим наперегонки от стены к стене. Чья любимая игрушка быстрее бежит: заяц, самолет, кукла Барби или котенок?(1-2 мин.). А теперь - чья игрушка выше прыгнет?(1-2 мин.). Пока мы здесь прыгаем, магазин может закрыться. Все мы игрушечные машинки, поторопимся в магазин игрушек, пока он не закрыт. Поехали!!! Скорее подойдем к витрине магазина, посмотрим, кто там есть? Все становятся за спинки своих стульев, лицом в круг.(1-2 мин.).

2. Гимнастика. Чебурашка. (Напряженно). Руки с раскрытыми ладонями, приставим их к вискам, наподобие больших ушей, наклоним голову влево и вправо, вперед, улыбаясь как бы в приветствии. Кто это, дети? Правильно, Чебурашка. Что он хочет нам сказать? Здравствуйтесь (вперед головой). Идите к нам (назад вбок - влево и вправо). Не хотите (из стороны в сторону)?

Спящий продавец. (Расслабленно). Пока детей не было в магазине, продавец заснул. Он уронил голову на грудь, и она у него болтается, как на веревочке. Шейка расслаблена, голова тяжелая, никак не удержать: падает, едва ее поднимешь.

Самолет. (Напряженно). Вытянем руки в стороны, прямые, ровные, напряженные: «У-у-у». Что это? Конечно, самолет! Полетели! (Медленно-быстро-часто). Передвигаемся свободно во всех направлениях. (Педагог гудением задает и изменяет темп: медленно, быстро, еще быстрее.) Руки не двигаются, напряжены, руки - железные крылья. Вот какие самолеты есть в магазине. Полетели к себе на полку: «У-у-у...».

Скакалка. (Плавно). А это что за игрушка? Руки в замок, пальцы переплетены, делаем волнообразные движения.

(Резко). Сплетаются, распрямляются в разные стороны, вытягиваются, как веревочка.

(Прыжки). Через эту веревочку можно даже скакать. Крутим руками, согнутыми в локтях, потом прямыми, крутим, ускоряя движение, как если бы держали скакалку. Догадались, что это? Скакалка! Конечно! Давайте прыгать со скакалкой: на одной ноге, на другой, на двух - в разном темпе.

Ванька-встанька. (Напряженно). Руки прижаты к телу по бокам. Все тело напряглось, не шевелится, только ногами чуть-чуть двигаем и качаемся из стороны в сторону: «Тик-так, тик-так». А теперь покачаемся вперед-назад. Вот вы настоящие ваньки-встаньки. Ноги тяжелые, как будто прилипли к полу, не дают нам упасть, только качаемся, покачиваемся. (В парах: дети и «ваньки». Дети толкают «ванек», те качаются в разные стороны. Меняются ролями).

Воздушные шарики. (Расслабление). Посмотрим, в кого мы превратимся сейчас. Руки вытянем вверх-вперед, сомкнем над головой полукругом. Мы воздушные шарики.

(Вращение). Давайте будем надуваться - больше и больше. Вот мы становимся все легче и легче, все тело легкое, невесомое. Вот нас сдул ветерок, и мы взлетели. Летим!

(Столкновение). Натыкаемся на стульчики, отталкиваемся друг от друга, от стены, но только очень легко, мягко подпрыгивая. Ветер нас закружил, мы вращаемся и летим. Опустились на землю. Сели.

3. Общение. Эмоция удивления (лягушки). Педагог. Посмотрите, кто это здесь сидит, глаза на нас таращит? Садимся на корточки, колени врозь, руки в упоре впереди, голову вытягиваем вверх, приподнимаясь, выпучивая глаза от удивления, надувая щеки. «Ква-ква», «ква-ква». Да они еще и прыгают! Это, конечно, лягушки. Очень удивляются, даже рот раскрывают от удивления: «Ква-ква». Никогда не видела таких детишек. Посмотрите друг на друга. Удивитесь: «Ква-ква».

Эмоция страдания и боли. Педагог. Кто это сидит с таким страданием на лице? (Педагог садится на пол, ноги вперед, слегка в стороны, руки расслабленно висят вдоль тела.)

«Ме-ме-ме». Что случилось с козленком? (Педагог поднимает по очереди руки и ноги - и роняет их расслабленно). Дети повторяют, глядя на него). Проявление сочувствия, сострадания. Педагог. Оторвались у козлика ручки-ножки, на одной ниточке висят. Ну-ка, покажите? «Ме-ме»... Хочет козлик шевельнуть ручкой - только локоток шевелится, ножкой - только пальчик большой сгибается. (В парах дети проверяют у партнеров-козликов, как у них расслаблены руки и ноги, поднимая их и отпуская. Меняются ролями). Пусть Саша будет козликом. Смотрите, как ему больно. Он стонет, жалобно зовет «ме-ме». Как козлику помочь: - отвезем его в больницу? - не будем шуметь, у него болит головка? - очень осторожно возьмем его за руки, за ноги, станем поудобнее, козлик вскрикивает, значит, мы резко его подняли? - погладим то место, где больно? - успокоим его, скажем что-нибудь ласковое? (Так мы облегчим ему боль, чтобы он меньше страдал.

Затем дети переносят еще одного-двух «козликов», тех, кто захочет повторить эту роль).

4. Завершение. Педагог. Теперь повезем больного «козлика» на поезде в больницу. Станем в цепочку, возьмем друг друга за локти, руки согнем - и поехали, изображая руками движение колес поезда, мелко переступая ногами, по всему залу. Педагог скандирует стихотворение Хармса «Поезд». Дети, повторяют только рефрен: «Тук-тук-тук, чух-чух-чух».

Поезд мчится и грохочет,  
Тук-тук-тук, тук-тук-тук.  
Машинист всюду хлопчет,  
Чух-чух-чух, чух-чух-чух.  
Поезд мчится под горой,  
Тук-тук-тук, тук-тук-тук.  
Для детей вагон второй  
Чух-чух-чух, чух-чух-чух.  
Поезд мчится вдоль полей,  
Тук-тук-тук, тук-тук-тук.  
Эй, цветы водой полей.  
Чух-чух-чух, чух-чух-чух.  
Поезд мчится темным лесом,  
Тук-тук-тук, тук-тук-тук.  
В гости едет к нам профессор.  
Чух-чух-чух, чух-чух-чух.  
Поезд мчится все вперед,  
Тук-тук-тук, тук-тук-тук.  
А толстяк все ест и пьет.  
Чух-чух-чух, чух-чух-чух.  
Ну, вот мы и приехали. До свидания, дети. До следующей встречи!

## Занятие 2. «КОТ ЛЕОПОЛЬД И МЫШИ»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, внушение желательного настроения, поведения, черт характера.

1.Разминка. Педагог. Ребята, подскажите мне, как зовут кота, к которому все время приставали мыши? Конечно, кот Леопольд. Сегодня он мне позвонил и попросил у вас помощи. Он строит себе новый дом, так как в старом мыши сделали большую дыру. Ему привезли большую кучу кирпичей, их надо сложить в одно место. Вставайте цепочкой на небольшом расстоянии друг от друга и будем передавать кирпичи и складывать аккуратно (указывает место). Начали! Держите кирпич крепко, не уроните на ногу, не бросайте, а аккуратно кладите кирпичи, чтобы они не разбились. Ай да молодцы! Как ловко получается! Ну вот, все кирпичи перенесли! К коту Леопольду на помощь обещал приехать на подъемном кране Кот в Сапогах. Теперь он поможет построить ему дом. У меня есть волшебный платочек. Если под ним покружиться, то можно превратиться в мышку. Кто хочет стать мышкой? (Педагог покрывает желающих платочком со словами: «Под платочком покрутись и в мышонка превратись!») Не знаю, превратились ли вы в мышек или нет? Ну-ка пропищите, как мышки. Теперь я вижу, что вы мышки, и предлагаю вам поиграть в игру «Мыши и кот».

Игра «Мыши и кот»

Вышли мышки как-то раз

Посмотреть, который час (идут на цыпочках)

Раз, два, три, четыре -

Мыши дернули за гири (имитируют)

Вдруг раздался страшный звон!

Убежали мышки вон! (убегают)

«Кот» спит, пока «мыши» идут, и просыпается с последними словами.

Педагог. Мы так расшумелись, что разбудили кота Тома из мультфильма «Том и Джерри». Бегите скорее ко мне, неслышно, на цыпочках, может, он вас не заметит.

2.Гимнастика. (Напряжение). Мышки, Том так громко топает, так страшно! Скорее ложитесь, свернитесь калачиком, затаите дыхание. Все тело напряжено. Так страшно! Лежите тихо, чтобы кот вас не нашел. Вы лежали так тихо, что Том пошёл вас искать в другое место!

(Расслабление). Можно расслабиться, полежать спокойно. Теперь вам никто не угрожает. Страх ушел. Можно улыбнуться. Все мышцы сразу обмякли, стали послушными.

(Прыжки). Мышки так обрадовались, что стали подпрыгивать, высоко поднимая колени, и хлопать в ладоши.

(Напряжение). Встали мышки в круг, взяли за руки и образовали мышеловку. Хотят в нее кота поймать. Подняли руки вверх. Держат руки крепко-крепко! Руки как камень твердые. А в это время кот пытается пробраться за колбаской в круг.

(Расслабление). Опустили мышки руки, расслабили их, не успели кота поймать, он убежал. Руки, стали как ватные, висят как веревочки.

(Напряжение). Тогда мышки решили сделать мышеловку с помощью ног. Расставили их широко, чтобы упереться в ноги другой мышки, напрягли их и смотрят, как кот старается пробраться между ног.

(Расслабление). Только он попытался, а мышки ноги сдвинули и присели. Не пройдешь, хитрый кот!

(Напряжение). Захотел кот мышек перехитрить и начал мяукать со всех сторон, чтобы запугать мышек. Сначала с одной стороны. Посмотрели мышки, повернули голову направо к самому плечу. Нет кота! Потом с другой стороны. Посмотрели мышки налево, повернули голову к самому плечу. Нет кота! Мяуканье раздалось сзади. Откинули мышки голову, плавно покрутили. Опять нет. Раздалось мяуканье внизу. Посмотрели мышки вниз, опустили голову низко. Нет кота! Вот какой хитрый!

(Расслабление). Стали мышки по кругу вертеть головой, чтобы везде посмотреть. Головка как шарик на ниточке катается по плечикам туда-сюда, туда-сюда. А кота нигде нет!

(Напряжение). Тогда мыши решили превратиться в кота. Встали они на четвереньки, опустили голову вниз, а спину выгнули вверх. Живот напрягся, втянулся, спина и руки твердые. Это кот сердится

(Замирание). А теперь подняли голову, прогнули спину и приготовились к прыжку, замерли.

(Резко). Резко бросились на «мышку»: то в одну сторону, то в другую. Никак не поймают.

(Расслабление). Расстроились, сели, ноги, руки раскинули. Надоело в кота играть. А кот Том мышкам не поверил.

3.Общение. Педагог. Посидите, мышки, отдохните, а я расскажу вам о том, что поведал мне кот Леопольд. Новый дом Леопольд построил, а мыши его увидели и все обзавидовались. Давайте покажем, как позавидовали мыши из м/ф. Губы плотно сжаты, глаза слегка опущены, подбородок чуть приподнят, руки перед грудью скрестили. Надулись, обиделись, отвернулись от Леопольда. Задумали мыши от зависти поджечь дом. Кот Леопольд забеспокоился, что опять останется без дома, испугался. Покажите, как испугался кот Леопольд. Голову руками прикрыл, качает головой. Что же будет? Ведь мыши его дом уже взрывали! Страх в глазах. Но на помощь коту Леопольду пришел Кот в Сапогах. Как только мыши увидели шпагу в его руках, сразу забеспокоились. Кот Леопольд обрадовался. Покажите, как кот Леопольд обрадовался. Широкая улыбка. Стал обнимать друга, расцеловал его, пожал ему руку (разыгрывание со сменой ролей). Педагог. Ребята, давайте подумаем, какие слова благодарности кот Леопольд говорил другу? (Проигрывание вариантов.) Как пригласил Леопольд друга к себе домой? (Проигрывание вариантов.) Как вы думаете, мыши хорошо ведут себя по отношению к коту Леопольду? Что нужно сделать, чтобы они помирились? (Моделирование адекватного поведения.)

Поведение.

Педагог. Пока мы с вами разговаривали и решали, как помирить мышей с котом, серая и белая мыши совсем разругались. Серая мышь

заупрямилась - не хочет идти просить прощения и мириться с котом, а белая мышь ее уговаривает. Дети, просто серая мышка не знает, как можно попросить прощения. Давайте ее научим. (Тренинг в парах, где один ребенок - кот, а другой - мышка.) Покажите, какие слова надо говорить, как обратиться, как посмотреть, какие интонации использовать? Что в ответ должен сделать кот Леопольд? (Смена ролей).

4. Завершение. Педагог. Давайте все вместе споем песенку кота Леопольда и попляшем под нее.

### Занятие 3. «ВОЛК И СЕМЕРО КОЗЛЯТ»

Цель: учить соотносить модели поведения персонажей с теми или иными чертами характера. При изображении эмоций внимание детей

привлекать ко всем компонентам выразительных движений одновременно.

1.Разминка. Педагог. Дети, сегодня мы отправимся в сказку «Волк и семеро козлят». Козлята маленькие. Покажите, какие они маленькие. Еще у них есть рожки. Покажите, какие рожки у козлят, как они ими бодаются. На ножках у них - копытца, которыми козлята громко стучат. Постучите копытцами, как козлята (с изменением ритма). Живут козлятки на опушке леса с мамой Козой и очень любят играть. В эту игру мы сейчас поиграем. Она называется «Угадай, кто подал голос». Только кричать надо «ме-е-е», как козлята (один ребенок отворачивается, а кто-то из детей подает голос, и нужно угадать, кто). Еще козлята любят играть в догонялки. Давайте и мы поиграем, только салить надо, касаясь рукой. Бегать можно по всей группе. А теперь подойдите ко мне.

2. Гимнастика (Напряженно). Мама Коза говорит своим козлятам:

- Я пойду за молоком, а вы, козлятушки-ребятушки, сидите дома и никому не открывайте.

А козлята в ответ:

- Нет, нет, нет, мы хотим гулять! (с поворотом головы влево-вправо)

- Если вы откроете, то волк вас съест, - предупредила мама Коза.

А козлята в ответ:

- Да, да, да, мы не будем открывать(голову опускают вниз)

- Но стоило маме Козе ступить за порог, как козлята начали баловаться. Стали головой крутить то влево, то вправо, то вперед, то назад. Шея напряжена.

(Расслабленно). Устали баловаться и стали головки по плечикам катать, как шарик на ниточке, медленно, плавно. Стали козлята думать, как отпугнуть волка. И придумали! Взяли они мамины кастрюли, и давай по ним палочками стучать! Раз, два, три! Какой шум поднялся. Тук, тук, тук!

(Напряженно). Копытца напряжены, твердые. Чувствуете напряжение в мышцах?

(Расслабленно). А лицо улыбается, расслаблено, и животик расслаблен, дышит... Кулачки напряжены, стучат палочками.

(Дробно). Козлята стучат все быстрее, все громче. А теперь медленнее, медленнее, словно удары грома. Устали кулачки, руки от напряжения? Опустите их вниз, расслабьте, поболтайте руками, пальцами.

(Цельно). Совсем расхрабрились козлята. Повалились на пол, легли на спину, ноги поставили шалашиком и стали копытцами стучать об пол (с изменением ритма). Потом обхватили руками колени, пригнули к ним голову и стали кататься на спинке, как на качелях. Вперед-назад, вперед-назад.

(Напряжение). Накачались, встали. Захотелось им силами помериться. Стали козлята в пары, спиной друг к другу, сцепили руки, ноги расставили, крепко в пол уперлись, напряглись всем телом и начали друг друга перетягивать. Руки крепко сцеплены. Устали бороться.

(Расслабление). Сели на пол, ноги и руки раскинуты, голову опустили. Все тело расслаблено, отдыхают... И тут раздался стук в дверь — тук, тук, тук. Козлята не послушались маму и открыли дверь. А на пороге серый волк! Посадил всех козлят в мешок (собираются в круг) и понес их в чащу.

(Прыжки). Козлята сначала очень испугались! Но потом подумали и проделали своими рожками дырку в мешке и выпрыгнули из него (сначала «бодаются», стоя из круга лицом, затем делают прыжок).

(Напряженно). Огляделись козлята вокруг и увидели перед собой темный лес. А в лесу деревья густые, ветки колючие, дороги домой козлята не знают. Стали козлята пробираться. Ветки рожками поднимают, копытцами раздвигают. (Бег в одном направлении) Как тяжело пробираться сквозь чащу! Но вот наконец-то полянка, сочной травы на ней видимо-невидимо! Обрадовались козлята, быстрее побежали на полянку поесть травки. По всей полянке ходят, травку едят (имитация). Травка душистая, зеленая, сочная! Как вкусно! Наелись и стали собирать травку маме Козе, складывать в кучу (изображают). Педагог. Огляделись козлята, место что-то

знакомое. А впереди среди деревьев виднеется их дом. Обрадовались козлята! Подпрыгивая, побежали наперегонки к дому, напевая песенку:

Бежал козлик по дорожке,  
У него устали ножки.  
Закричал козленок: «Ме-е-е!»  
Постелите коврик мне!

3.Общение Эмоция удовлетворения, довольства Педагог. Как хорошо дома! Теперь можно отдохнуть, никто нас не обидит. Садитесь на стульчики в круг. Какие мы молодцы, что убежали от волка! Покажите, какие мы молодцы: - погладьте себя по голове, по груди; - покажите большим пальцем вытянутой руки; - похлопайте себе в ладоши, потрите ладошками от удовольствия. Вот какие мы ловкие, смелые! Молодцы!

Эмоции страха, испуга; отвращения, удовольствия.

Педагог. Пришла мама Коза. Козлята все ей рассказали: Сначала мы очень испугались. Правда? Страшно было, что волк унесет и съест? Как нам было страшно? Сжались в комочек, застыли, брови подняли вверх, глаза широко раскрыли, боимся даже вздохнуть, пошевелиться. Голову втянули в плечи, задрожали, зубами от страха застучали. Брр! Как страшно! Но волка мы перехитрили и теперь мы дома с мамой. Мы очень рады, улыбаемся. Когда вы щипали травку на поляне среди сладкой травы, вам попалась горькая, ужасно горькая трава. До чего же противно стало во рту! Покажите, как горько, противно. Но вы ее быстро заели сладкой травой. Какое удовольствие! Покажите, какая вкусная, сочная, сладкая травка.

Поведение.

Педагог. А мама Коза сидит грустная-грустная. Она представила, что могло бы произойти, если бы вы рожками не прорвали мешок. Ужас! Бедная мама Коза такая печальная, вот-вот заплачет. Давайте пожалеем маму Козу: погладим по голове, возьмем ее ладони в свои и согреем, обнимем (действия детей). А может, развеселим ее? Попрыгаем, постучим копытцами, улыбнемся (действия детей). А может, мы угостим ее травкой, которую

сорвали на полянке? (Угощают). Но что-то мама Коза не веселее. Я думаю, что вам надо попросить прощения у мамы за то, что убежали и так расстроили ее. А как это сделать? Надо посмотреть маме Козе в глаза виновато и попросить прощения. (Каждый ребенок это делает своими словами). Как вы думаете, мама Коза вас простила? А как это можно узнать?

(Выражение лица, глаз.). Давайте ее спросим: «Мама Коза, ты нас простила?» Коза улыбается, зовет козлят к себе, обнимает, целует их.

4. Завершение. Педагог. Маленькие дети всегда должны слушаться свою маму, иначе может случиться беда. Давайте вместе споем ту песенку, которую я пою, возвращаясь домой:

Козлятушки, ребятушки,

Отопритесь, отворитесь. Ваша мама пришла

Молочка принесла.

Учимся понимать эмоции и чувства.

Инструкция:

1. О каком из малышей можно сказать «надулся»? У кого «слезы градом»? Почему так говорят?



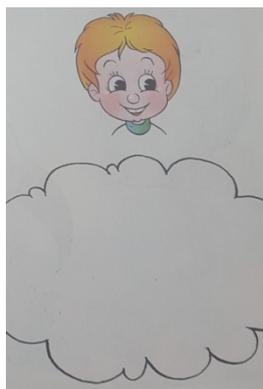
Плохим настроением было у Глеба,

Нахмурился он, как осеннее небо.

Его я спросил: «Поиграешь со мной?».

И Глеб засиял, словно солнце весной. (Н. Павлова).

2. Придумай картинку, которая подходит к выражению лица этого мальчика.



Учимся передавать эмоции и чувства.

Инструкция:

1. Посмотри на картинки. Подойди к зеркалу: нахмурься, как тучка; рассердись, как волк; изобрази испуганного зайчика; удивись, как малыш; улыбнись, как солнышко.

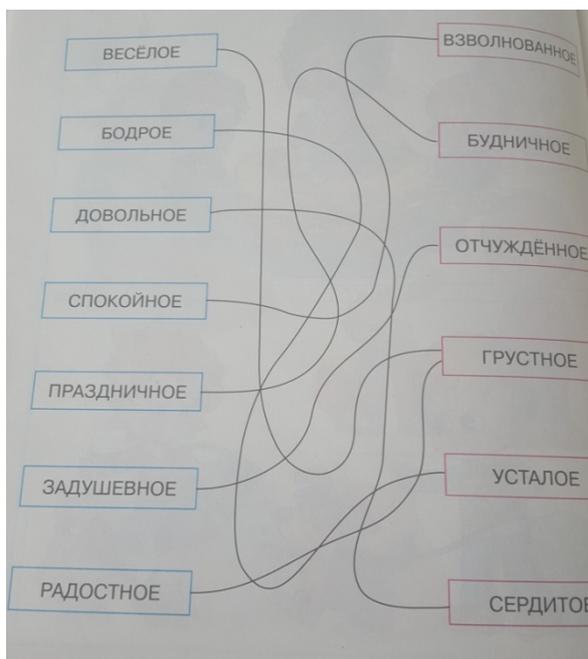


2. В какое животное превратила баба-яга каждого малыша, догадайся и расколдуй их.



Определяем одинаковые и разные настроения.

Инструкция: Названия противоположных настроений соединены одной линией. Найди пары слов.



Ситуация и настроение.

Инструкция:

1. Посмотри на ситуации, изображенные на рисунках. Как ты думаешь, какое чувство испытывает каждый из малышей? Дорисуй их лица. Тебе помогут картинки-портреты.





Поступки и настроение.

Инструкция:

1. Послушай стихотворение Натальи Павловой:

Плохое настроение у Кролика с утра.

И потому у Кролика не роется нора.

Не радуют цветочки, морковь растет не густо,

Редиска очень горькая, и не хрустит капуста.

Обижен Кролик на весь свет, не прыгает, не скачет,

И ни каких сомнений нет, что он сейчас заплачет.



Увидев это, мудрый Еж, ему сказал: «Грустишь? Ну что ж,  
 Берусь тебе помочь. На солнце яркое взгляни  
 И грусть ненужную гони скорей отсюда прочь.  
 Как только улыбнешься ты, друзья к тебе вернуться,  
 Распустятся вокруг цветы, не надо, Кролик, дуться!»



Ответь на вопросы: Почему у Кролика не ладятся дела? Каким кажется все вокруг? У кого еще плохое настроение? Хорошо ли обижаться на всех? Что Еж посоветовал Кролику?

2. Рассмотрите рисунки. Какие поступки детей тебе нравятся? Почему? Составь рассказы по этим рисункам.



3. Какие чувства вызывают у тебя поступки этих детей?



## Приложение 16

Игры и упражнения, способствующие развитию уверенности в себе.

1. Формирование положительного образа Я, адекватной самооценки.

*Упражнение №1 «Пастух»*

Цель: повышение самооценки ребенка.

Ход: Выбираем «пастуха», желательно ребенка неуверенного в себе. Игра проводится на улице или в большом помещении. «Пастуху» дают в руки музыкальный инструмент, к примеру, дудку, а всем остальным участникам завязывают глаза – они играют роль «овечек». «Овечки» ходят по кругу, а «пастух» с помощью дудки созывает их к себе, если при этом кто-нибудь заблудится, то пастух начинает играть громче. Когда все «овечки» будут в сборе, можно выбирать нового «пастуха» и продолжать игру.

*Упражнение №2 « Вот так храбрец! »*

Цель: формирование позитивного отношения к себе.

Ход: Педагог читает стихотворение, а дети после каждой строчки произносят:

" Вот так храбрец! "

Наш Ваня храбрый очень (вот так храбрец)

Боится днем и ночью (вот так храбрец)

Боится мышку, кошку (вот так храбрец)

Боится хлеба крошку (вот так храбрец)

Боится есть, боится спать (вот так храбрец)

Боится во дворе гулять (вот так храбрец)

Боится, что обидят дети (вот так храбрец)

Боится он всего на свете (вот так храбрец)

Спросите детей: " Почему Ваня всего боится? " Выслушайте ответы. Если в группе занимающихся детей есть Ваня, имя изменить.

*Упражнение №3 «Царь горы».*

Цель: воспитание уверенности в своих силах.

Ход: Ребенок сидит на двух трех подушках, остальные дети подходят к нему, дают маленький мячик и говорят: " Ты-хороший. Ты - сильный. Ты-добрый" и

т. д. Когда мячики падают, место занимает другой ребенок. Упражнение делают все дети по очереди.

*Упражнение №4 «Показываем стихотворение».*

Цель: развивать уверенность в себе.

Ход: Педагог читает стихотворение, а дети показывают, стоя на отгороженном месте (на сцене):

Я на сцене выступаю,

Я танцую и пою,

Зрителей я восхищаю,

Никогда не устаю.

Я присяду, покружусь,

Всем знакомым улыбнусь.

Слышу в зале топот, свист,

Настоящий я артист!

*Упражнение №5 «За что меня любит мама»*

Цель: повышение значимости ребенка в глазах окружающих его детей.

Ход: все дети сидят в кругу. Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама. Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил, за что любит мама каждого присутствующего в группе ребенка.

При затруднении другие дети могут ему помочь.

После этого обсудить с детьми, приятно ли было им узнать, что все, что они сказали, другие дети запомнили. Дети обычно сами делают вывод о том, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

*Упражнение №6 «Ладони»*

Цель: повышение самооценки.

Ход: детям предлагается бумага и фломастер. Нужно положить свою ладошку на лист бумаги, раздвинуть пальцы и аккуратно обвести ее по контуру. Затем взрослый просит на каждом, получившемся на бумаге, пальце написать или нарисовать что-нибудь хорошее о себе. После этого ведущий собирает «ладони», читаем их или показывает группе, а дети угадывают где, чья

ладошка.

### *Упражнение № 7 «Комплименты»*

Цель: помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Ход: стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу.

После упражнения обсудить с детьми, что они чувствовали, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

### *Упражнение № 8 «Зайки и слоники»*

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.

Ход: «Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется «Зайки и слоники». Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся» и т.д. Дети показывают. «А теперь покажите, что делают зайки, когда слышат шаги человека?» Дети разбегаются по группе, прячутся и т.д. «А что делают зайки, если видят волка?» Психолог играет с детьми в течение нескольких минут. «А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как?» Дети показывают. «Покажите, что делают слоны, когда видят тигра?» Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

### *Упражнение №9 «Скажи Мишке добрые слова»*

Цель: способствовать повышению самооценки детей.

Ход: дети перебрасываются мячиком и вспоминают, какие хорошие качества бывают у людей. Затем ведущий «приглашает» на занятие игрушечного мишку. Дети придумывают для него хорошие слова, заканчивая предложение «Ты —... (добрый, старательный, веселый)». Затем каждый по очереди «превращается в мишку» (при этом берет его в руки), а остальные дети говорят ребенку в роли мишки добрые слова.

*Упражнение №10 «Я могу!»*

Цель: способствовать развитию самоуважения детей.

Ход: дети перебрасываются мячиком и громко перечисляют то, что они умеют хорошо делать. Например: «Я умею хорошо плавать!», «Я умею хорошо рисовать!», и т. п.

*Упражнение №11 «Интервью»*

Цель: способствовать повышению самооценки детей.

Ход: ребенок-водящий становится Взрослым. Он встает на стул, ведущий помогает ему принять взрослую позу, соответствующее выражение лица. Затем ведущий становится «корреспондентом газеты или журнала» и берет у ребенка интервью, в котором расспрашивает его о работе, семье, детях и т. п.

*Упражнение №12 «Ромашка успеха»*

Цель: повышение самооценки ребенка.

Ход: сердцевиной ромашки становится фотография улыбающегося ребенка. Желательно, чтобы фотография ассоциировалась с каким-либо ярким, богатым впечатлениями моментом из жизни (детский праздник, рыбалка с папой). Вокруг сердцевины нужно расположить семь крупных лепестков разного цвета. Каждый лепесток — это день недели, и он имеет свой цвет. На лепестках отмечаются успехи, которых ребенок достиг в течение дня. В выходные родители могут торжественно зачитать список достижений ребенка за неделю.

## 2. Создание положительного эмоционального фона

### *Упражнение № 13 «Я очень хороший».*

Цель: создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе.

Ход: «Ребята, садитесь на стульчики и, пусть каждый скажет о себе: «Я очень хороший» или «Я очень хорошая». Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово «Я» шепотом, потом – обычным голосом, а затем – прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами «очень» и «хороший» (или «хорошая»). И, наконец, дружно: «Я очень хороший (хорошая)». Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет – шепотом, обычным голосом или прокричит, например: «Я – Катя! Я – очень хорошая!» или «Я – Саша! Я очень хороший!». Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем все вместе: «Мы очень хорошие!» - сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим».

### *Упражнение №14 «Клеевой дождик»*

Цель: сплочение детей, снижение тревожности, повышение самооценки.

Ход: «Ребята, вы любите играть под теплым летним дождем? Пока мы с вами разговаривали, пошел ласковый дождик. Но дождик оказался не простым, а волшебным – клеевым. Он склеил всех нас в одну цепочку (дети выстраиваются друг за другом, держа за плечи впереди стоящего) и теперь предлагает нам погулять». Дети, держась друг за друга, передвигаются по комнате, преодолевая различные препятствия: обогнуть «широкое озеро», пробраться через «дремучий лес», прятаться от диких животных и др. Главное условие – дети не должны отцепляться друг от друга. «Ну вот, дождик закончился, и мы снова можем спокойно двигаться. Высоко в небе светит ласковое солнышко, и нам захотелось прилечь в мягкую траву и позагорать».

### *Подвижная игра № 15 «Мышеловка»*

Цель: повысить уверенность ребенка в собственных силах, развить воображение, а также научиться преодолевать препятствия, которые преподносит судьба, ведь целью игры является поиск выхода и способа как выбраться из «мышеловки».

Ход: Ребенка нужно поместить в круг из 5-6 человек, которые крепко прижимаются друг к другу. Этот круг и является «мышеловкой», а ребенок в центре должен искать из нее выход, всеми возможными способами: он может уговорить кого-нибудь пропустить его или же самостоятельно искать наличие какой-нибудь лазейки.

#### *Упражнение № 16 «Непослушные подушки»*

Цель: предоставить ребенку возможность «легального» проявления непослушания.

Ход: Взрослый рассказывает детям о том, что у них в комнате для занятий появились непослушные подушки. Когда ими кидаешь друг в друга, они произносят «непослушные» слова, например: «Не хочу учиться... не буду есть...» и т. п. Затем ведущий предлагает детям поиграть в такие подушки. Игра происходит следующим образом: играет пара — взрослый и ребенок, остальные наблюдают за происходящим. Играют все дети по очереди. Очень важно, чтобы «непослушные» слова произносились не только ребенком, но и взрослым.

#### *Подвижная игра №17 «Обезьянки»*

Цель: способствовать развитию спонтанности детей.

Ход: Ведущий предлагает детям поиграть в обезьянок, которые любят кривляться и подражать друг другу. Все «превращаются» в обезьянок. Кто-то один (сначала это ведущий, а затем все дети по очереди) становится водящим — начинает кривляться, а все остальные повторяют его движения. Сначала водящий только гримасничает, потом добавляется кривлянье телом, голосом, дыханием.

#### *Упражнение № 18 «Цветной снег»*

Цель: способствовать самовыражению детей.

Ход: Если занятия проходят зимой, можно набрать в ванночку снега и предложить детям прямо в ней слепить город (крепость, домик и т. п.) и раскрасить его гуашью. А затем составить рассказ о том, что получилось. Все это можно делать индивидуально, а можно — в подгруппе.

*Упражнение №19 «Мост дружбы».*

Цель: создание положительных эмоций, развитие эмпатии, повышение уверенности в себе.

Содержание: По предложению педагога дети, составив пары, сначала придумывают и показывают, например, мостик - соприкасаются головами или ладонями, затем строят мостик втроем, вчетвером и так далее, до тех пор, пока находятся желающие. Заканчивается упражнение тем, что дети, взявшись за руки и подняв их вверх, изображают мост дружбы.

*Упражнение №20 «Солнышко».*

Цель: помочь ребенку со стороны увидеть свои положительные стороны, почувствовать, что его принимают партнеры по игре.

Содержание: Это методика, которая позволяет получить от других «психологические поглаживания», столь необходимые каждому человеку для того, чтобы ощущать себя любимым, нужным, успешным. Эта может проводиться в группе детского сада.

Нужно переключить внимание всех детей на одного их ребенка словами: «Посмотрите, что-то наш именинник совсем замерз. Давайте поиграем в игру «Солнышко» и согреем его все вместе!». Усадите всех гостей в круг (если не хватает стульев, можно встать или сесть на пол). В центре поставьте вашего ребенка. Каждому гостю раздайте по одному цветному карандашу. Объясните, что это лучик солнца. Его можно подарить озябшему с добрыми словами, сказав о том, что гостю нравится в имениннике, за что того можно уважать. Покажите пример сами, сказав одно предложение-комплимент своему ребенку и отдав ему лучик. Тот, кого согревают, должен не забыть

сказать «спасибо», можно добавить «очень приятно», если ему что-то особенно радостно будет слышать. Далее все гости по кругу говорят что-то хорошее и отдают ребенку свой карандаш. Во время этого ребенок поворачивается лицом к говорящему.

*Упражнение №21 «Танец пяти движений».*

Цель: Учить владеть своим телом, становиться более свободными и уверенными в себе.

Содержание: По предложению воспитателя дети изображают последовательно:

- течение воды – плавные, мягкие движения;
- переход через чашу – резкие, сильные, четкие движения;
- сломанную куклу – потряхивающие, незаконченные движения;
- полет бабочек – изящные, нежные движения;
- покой – стояние без движения, слушание своего тела.

*Упражнение №22 «Соломинка на ветру»*

Цель: способствовать застенчивым и робким детям проявить себя, получить положительный эмоциональный отклик.

Ход: все встают в круг вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается «соломинка». Она встает в центр круга с завязанными или закрытыми глазами. По команде взрослого: «Не отрывай ноги от пола и падай назад!», – участники игры по очереди прикасаются к плечам «соломинки» и, осторожно поддерживая, передают ее следующему. В результате каждый страхует другого, и «соломинка» плавно покачивается по кругу.

Предупреждение: Недоверчивые и робкие дети сначала должны побывать в роли поддерживающих. Приятные ощущения и улыбка на лицах «соломинок» заставит их побывать в этой роли.

### 3. Игры и упражнения на развитие социально-коммуникативных умений и навыков.

#### *Упражнение №23 «Возьмите меня в игру».*

Цель: формирование навыков общения.

Дети перебрасываются мячом, сидя на подушках. Один из детей по очереди подходит к каждому сидящему и громко просит: " Пожалуйста, примите меня в игру". Дети подвигаются, уступая место, ребенок садится. Упражнения делают все дети по очереди.

#### *Упражнение №24«Материк»*

Цель: содействовать формированию доверия в группе.

Ход: ребенок-водящий ложится на живот. Он — материк. На нем расположены два государства: на голове и на ногах. Государства начинают воевать друг с другом, причем побеждает то одно, то другое. Поле боя — спина ребенка, на которой ведущий руками изображает сцены сражений. Остановить войну может только материк. Он устраивает землетрясение (ребенок пытается скинуть руки ведущего). Руки-воины разных государств сначала расходятся по домам, затем снова встречаются на поле (спине), заключают мир и благодарят материк (землю) за помощь.

#### *Упражнение №25 «Что я люблю?»*

Цель: содействовать установлению атмосферы доверия в группе и повышению самооценки детей.

Ход: Дети перекидывают друг другу мячик и говорят при этом: «Я люблю делать...»

#### *Упражнение №26 «Гармоничный танец»*

Цель: развивать координацию движений, умение играть слаженно, уступать друг другу.

Ход: Один ребенок закрывает глаза или надевает повязку. Дети встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит

в стороны, вперед, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

Предупреждение: Не допускать смены ролей, то есть ведомый не должен вести ведущего. Можно разрешить ведомому выполнять упражнение сначала с открытыми глазами.

*Упражнение №27 «Паровозик с именем».*

Цель: Позволяет участникам познакомиться друг с другом, привыкнуть, адаптироваться в среде сверстников.

Ход: Дети стоят друг за другом, крепко держась за талию впереди стоящего.

Первый ребенок - это паровозик, все кто за ним вагончики.

Основная задача - каждый ребенок должен побывать в роли паровозика и сделать круг, делая гудок и называя свое имя. Каждый ребенок должен гудеть, не стесняясь сверстников.

*Упражнение №28 «Приветствие».*

Цель: Сплочение коллектива.

Содержание: Дети, разбившись на пары, по команде воспитателя быстро здороваются друг с другом или протянув руки, или носом к носу, или пяткой о пятку, или бедром о бедро, или спиной о спину, или ухом об ухо.

Материал: Магнитофон, аудиозапись.

*Упражнение №29 «Упражнение на доверие».*

Цель: Упражнение способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

Содержание: В каждой паре один участник играет роль компаса, другой - туриста. Турист встает за спину компаса, кладет руки на плечи и закрывает глаза. Компас должен очень аккуратно провести туриста мимо других детей и препятствий. По достижении цели партнеры меняются ролями.

Материал: повязка для глаз.

*Упражнение №31 «Мост дружбы».*

Цель: создание положительных эмоций, развитие эмпатии, повышение уверенности в себе.

Содержание: По предложению педагога дети, составив пары, сначала придумывают и показывают, например, мостик - соприкасаются головами или ладонями, затем строят мостик втроем, вчетвером и так далее, до тех пор, пока находятся желающие. Заканчивается упражнение тем, что дети, взявшись за руки и подняв их вверх, изображают мост дружбы.

*Упражнение №31 «Танец пяти движений».*

Цель: Учить владеть своим телом, становиться более свободными и уверенными в себе.

Содержание: По предложению воспитателя дети изображают последовательно:

- течение воды – плавные, мягкие движения;
- переход через чащу – резкие, сильные, четкие движения;
- сломанную куклу – потряхивающие, незаконченные движения;
- полет бабочек – изящные, нежные движения;
- покой – стояние без движения, слушание своего тела.

### Работа с родителями

Консультация: «Как воспитать в ребенке уверенность в себе?»

Цель: расширить представление родителей об уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста, какие ошибки в воспитании могут привести к развитию неуверенности в себе.

Каждый родитель мечтает видеть своего ребенка счастливым и уверенным в себе, способным отстоять свое место в жизни, несмотря на встречающиеся трудности. Мир не беспокоится о каждом конкретном человеке, он всего лишь предоставляет возможность развития. Поэтому очень часто приходится столкнуться с жесткостью или несправедливостью по отношению к нам. Единственное, что можно сделать – преодолевать эти трудности. И закладка именно этого качества важна именно в период детства. Какие же качества отличают уверенного ребенка и как воспитать в ребенка уверенность в себе?

#### Какой он, уверенный в себе ребенок?

Родители часто переживают по поводу и без него, однако, реальным поводом для беспокойства является именно неуверенность в себе ребенка. Ведь если ребенок тяжело находит контакт со сверстниками, избегает новых знакомств, решения разнообразных жизненных задач – стоит начать что-то делать. Ведь то, как ребенок себя ведет в детстве, перенесется во взрослую жизнь, и именно родители должны развить чувство уверенности у своего ребенка. Чтобы понять, уверен ли ваш ребенок в себе – нужно проанализировать его поведение на соответствие нижеизложенным пунктам. Уверенность ребенка проявляется следующими факторами: проявление радости при новых знакомствах, умение сохранить старые контакты; способность не только принимать комплименты, но и делать их самому, не испытывая стыда или неловкости; отсутствие волнения о том, как тебя

оценят другие; осознание своих прав, умение их отстаивать перед сверстниками и даже взрослыми; настойчивое достижение цели; умение отказаться от чьего-либо предложения или просьбы, если делать этого совершенно не хочется или вредит планам; способность проигрывать с гордостью, не принимая поражения как трагедию, верить в себя и не испытывать ненависти к победившему.

#### Главное не путать уверенность с наглостью.

Нередко родители путают уверенность и наглость ребенка. Эти понятия лишь частично схожи. Общим для них является достижение поставленных целей. Однако различие лежит именно в способах реализации. Просто уверенный в себе ребенок будет добиваться всего честно. То есть, если он увидит, что сейчас невозможно что-то выполнить либо же не имеет смысла – ребенок может временно отступить от своего плана. Разумеется, его уверенность может слегка уменьшиться, но несущественно. Наглый же ребенок отступать от намеченной цели не будет. И чтобы добиться желаемого, он будет плакать, бить посуду, сквернословить, подставлять других малышей, манипулировать всеми возможными ему способами. Выдавая желаемое за правду в глазах нужных ему людей, он будет добиваться своей цели. Это совершенно аморальный способ поведения, который приведет к многочисленным конфликтам. Ведь мало кому понравится такое воздействие на себя. Кроме того, всегда будет тот, кто даст отпор, а это уже чревато серьезными проблемами в отношениях не только с людьми, но и с самим собой.

#### Типичные ошибки в воспитании и к чему они приводят.

Уверенность не является прирожденным качеством, оно прививается родителями. Как правило, во время подражания и общения с ними же. Среди факторов, которые способствуют появлению неуверенности детей, причисляют и повышенную тревожность, сопровождающаяся излишней опекой и контролем. Долгожданных детей часто опекают не только в детстве, но и во взрослой жизни, постоянно поддерживая состояние

нецелостности выросшего ребенка. Ведь таким людям будет тяжело построить собственную семью и принять за нее ответственность, решать встречающиеся проблемы и достигать поставленных целей. Объясняется это тем, что родители при малейшем появлении какой-то проблемы или трудности кидаются на выручку ребенка, часто не ограничиваясь этим, а и полностью решая задачу за своего ребенка. Помощь должна заключаться в том, чтобы помочь понять ребенку, как решить ту или иную проблему самостоятельно. Постоянно сравнение с другими детьми. Сравнение ребенка с другими детьми или родственниками, соседями и даже самими собой в детстве – грубейшая и наиболее распространенная ошибка родителей. При этом происходит подавление личности ребенка, она просто прячется глубоко внутрь, считая, что никому не интересна и не имеет права на уважения со стороны других, право существования. Таким образом, ребенок, выросший на упреках и критике, вырастает несамостоятельным и безынициативным. Он привыкает выражать не собственное мнение, а то, что от него хотят получить.. Воспитывая целостную личность, родители должны использовать только положительные утверждения. Фразы о том, что «у тебя нет таланта стать певцом, выбери что-то другое», «ты еще не заслужил», «ты не сможешь», нельзя использовать. Это прочно закоренее в сознании ребенка его заниженное чувство собственной важности. И в дальнейшем, под влиянием навязанных рамок, он может выбрать совсем не ту жизнь, которую хотел. Такие люди постоянно страдают, но не могут и бояться, что-то изменить, ведь это разрушит все их мировоззрение. Фиксация внимание на совершенных ошибках. У каждого в жизни случаются неприятности, никто не застрахован от принятия неверных решений и совершения ошибок. Тем более дети, которые только узнают мир. Если ребенок ошибся, не стоит кричать или упрекать его, лучше спокойным голосом объяснить, в чем была ошибка. Таким образом, ребенок поймет, как поступать в той или иной ситуации и его ощущение уверенности не пошатнется. Гораздо лучше хвалить за совершаемые поступки, вырабатывая правильную мотивацию.

Манипуляторные действия со стороны родителей. На пути взросления ребенка бывают ситуации, когда для его безопасности или здоровья нужно сказать жесткое «нет». Однако, совершенно другой случай, когда родители спекулируют чувствами ребенка, вызывая страх или жалость, чтобы выбрать наиболее удобный для себя вариант. Допустим, заставляя ребенка есть, нельзя использовать «ну скушай ложечку за маму. Ты что, меня не любишь?», это совершенно негуманно. Ведь ребенок так воспринимает это, что, отказывая родителям, он показывает им свою нелюбовь и их отношения могут испортиться, что порождает страх. Говорить о том, что «не будешь учить математику – будешь уборщиком» также не способствует развитию уверенности. Чтобы достичь чего-то от ребенка, нужно объяснить ему важность события. И всегда стоит помнить, что выбранным им путь может отличаться от ваших пожеланий и это совершенно нормально.

#### Как справиться со страхами?

Проблему страхов нельзя пускать на самотек. Сегодня ребенок может бояться темноты, а завтра у него может развиваться невроз, хронические болезни или фобии. А уж эти состояния никак не придают уверенности в себе, если не сказать обратное. Поэтому задача родителей состоит в том, чтобы помочь ребенку преодолеть детские страхи. Однако, следует понимать, что страх – это нормальное состояние человека. По статистике, каждый второй ребенок в возрасте от 2 до 5 лет начинает ощущать различные страхи. С возрастом фантазия малыша может приобрести такую форму, при которой он будет бояться абсолютно всего. Грань между реальностью и выдуманным миром очень тонка, а фантазия детей безгранична, а ее последствия могут иметь серьезные заболевания психики. Социальные страхи у детей возникают в возрасте от 3 до 7 лет. В это же время формируются и страхи, вызванные испугом или запугиванием. Естественный страх проходит, как правило, в течение месяца. Если ребенок не сумел перебороть в себе испуг за это время, то следует обратиться к психологу за консультацией, чтобы не усугубить сложившуюся ситуацию. Не

стоит выяснять отношения с домочадцами на глазах у ребенка. Дети очень болезненно переживают семейные конфликты и замыкаются в себе, оставаясь наедине со своими страхами. На формирование уверенности это никак не повлияет. То же самое можно сказать и о запугивании детей. Не разрешайте детям смотреть страшные передачи, фильмы ужасов и прочее. Преодоление детских страхов сводится к следующим правилам поведения: не высмеивайте страхи ребенка, какими бы нелепыми с вашей точки зрения они не казались; не критикуйте и наказывайте ребенка за то, что он чего-то боится; установите с ребенком доверительные отношения, постарайтесь вместе решать его проблемы (если он боится темноты, оставляйте в его комнате ночник на ночь, включенную настольную лампу и прочее); не сравнивайте ребенка с собой или другими детьми, помните, что каждый человек индивидуален; преодолевайте детские страхи методом «закаливания», не делайте сами то, чего боится ваш ребенок (например, если ребенок боится выступать на сцене перед широкой публикой, не выталкивайте его туда, лучше приучайте сначала выступать перед небольшим числом зрителей); разъясняйте все интересующие ребенка моменты на доступном ему языке. Часто страхи возникают из-за недопонимания какой-либо ситуации.

#### Как развивать лидерские качества?

Прежде всего, для развития уверенности в себе, ребенку нужно побороть страх. Это может быть страх перед новыми знакомствами или же ответом у доски, первым выражением собственного желания. Идеальным решением станут игры, которые помогут развить понимание всего мира и других людей, самого себя, справляться с трудностями, выработать хорошую самооценку. Игровая форма позволит чувствовать себя максимально комфортно, формируя, тем не менее, полезные качества. Игры лучше проводить каждый день в одно и то же время. Это позволит ребенку чувствовать себя в безопасности, быть уверенным в том, что происходит, ведь все события совершенно предсказуемы. Для того чтобы усилить в

ребенке лидерские качества, можно отдать его в спортивную секцию, кружок театралов или же художников. Навыки, полученные в таких видах деятельности, способствуют появлению собственной значимости, ведь ребенок уже кое-что умеет и это заставляет его гордиться. Однако не менее важным являются отношения в семье. К мнению ребенка нужно прислушиваться, обсуждая принятые им решения, а также никогда прилюдно не обсуждать его промахи. Ребенок, к которому относятся, как к равному, ощутит свою важность, и будет постоянно стремиться к этому ощущению. Важным аспектом является похвала, которая не должна быть чрезмерной. Потому что ее недостаток или избыток может в равной мере навредить ребенку, который столкнется с мнением посторонних людей и их системой оценивания. Важно стараться быть объективным.

#### Советы и рекомендации психологов.

По мнению специалистов, очень важно выражать недовольство можно относительно совершенных действий, а не личности ребенка. Он должен быть всегда уверен, что любим. Нельзя переносить собственные страхи на ребенка. Если ваше чудо хочет заняться скалолазанием, а вам страшно и на горку его отпустить, так как вы боитесь высоты – лучше отдайте его в руки профессионалов, которые обучат необходимому и обезопасят. Важно дать ребенку обязанности, которые будет выполнять лично он, давая ему осознать чувство ответственности. Решая определенные трудности, он будет находить все новые и новые методы решения различных ситуаций, структурировать свое время, чтобы успеть все желаемое и понимать, что необходимо сделать для получения результата.

#### Вместо заключения.

Начиная с первых самостоятельных шажочков и заканчивая поступлением в школу, ребенок учится справляться с различными проблемами. От того, насколько крепки отношения в семье, насколько развиты доверительные отношения между родителями и ребенком, зависит и формирование его уверенности в себе.

## Консультация на тему:

### «Развитие у детей адекватной самооценки»

Цель: оказать помощь родителям в развитии уверенности в себе у детей в условиях семьи.

Ход: для развития адекватной самооценки у ребенка постарайтесь придерживаться следующих правил:

1. Не вешайте «ярлыки» на ребенка. В порыве досады многие из родителей бросают в ребенка фразы: «какой же ты недотепа!», «ты у меня ужасный неряха», «ты просто тупица!», «от тебя не будет толку в будущем» и пр. Если ребенок изо дня в день слышит про себя нелестные отзывы от самых близких и родных людей, вряд ли он будет думать о себе обратное и вырастет с адекватной самооценкой и уверенным взглядом в свое будущее.

2. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Зачастую дети и сами понимают, что, к примеру, «Маша намного способнее», а «Миша – сильнее и увереннее в себе». Ваш ребенок и сам постоянно сравнивает себя с ровесниками и, таким образом, формирует внутреннюю самооценку. А если вы еще и «помогаете» ему в этом - регулярно критикуете и приводите обидные сравнения – самооценка вашего ребенка рано или поздно упадет до самого минимума. Чтобы избежать такой ситуации, напротив, подчеркивайте достоинства вашего ребенка в сравнении с другими детьми.

3. Не подавляйте ребенка в ссорах. Разрешите и ему высказывать свою точку зрения и отстаивать собственное мнение. Не подавляйте малыша там, где в этом нет необходимости. Нередко родители совершают серьезную ошибку, когда не дают ребенку сказать ни слова в свое оправдание. Столь жесткое подавление личности может самым негативным образом сказаться не только на уверенности в себе, но и серьезно расшатать психику ребенка.

4. Предоставляйте право выбора. Разрешите ребенку принимать самостоятельно некоторые решения – при выборе игрушек, предметов одежды или маршрута прогулки. Все это не только сделает его более самостоятельным, но и укрепит его уверенность в себе.

5. Разговаривайте с ребенком. Нередко доверительная беседа в спокойной обстановке творит настоящие чудеса. Большинство детей любят длительные беседы, в которых родители вспоминают свое детство, приводят аналогичные истории из их детской жизни и рассказывают, как они справлялись с возникающими трудностями.

Расскажите, как вы чего-то боялись, или что-то вам никак не удавалось сделать, но как успешно вы справились со сложностями и как со временем становились все более уверенным в себе.

6. Хвалите ребенка. Не секрет, что в восточных семьях, где ребенка часто захваливают и открыто гордятся его достижениями и успехами, редко вырастают закомплексованные люди. Ребенок с пеленок должен осознавать, что в семье его считают самым лучшим на свете. Говорите девочке, что она очень красива, талантлива и способна. Мальчикам подчеркивайте, что они умны, сильны и ловки.

Ежедневно делайте акцент на реальных достоинствах малыша. Если ваш ребенок способен в спорте, делайте акцент на этом. Ни одно достижение или способность ребенка не должны остаться незамеченными в семье.

7. Говорите правильные слова-установки. «Мы рады, что ты у нас родился», «мы очень любим тебя», «мы понимаем тебя», «мы всегда защитим тебя», «мы доверяем тебе» - вот те фразы, которые должны произноситься в семье ежедневно. Главное, чтобы они говорились искренне. Как правило, дети чувствуют фальшь, и в следующий раз не станут серьезно воспринимать эти слова. Поэтому найдите такие выражения, в которые вы искренне верили бы сами.

8. Давайте ребенку небольшие задания, которые бы он с успехом мог выполнить. Возможно, ваш ребенок прекрасно умеет вытирать пыль или идеально складывать свои вещи в шкаф – значит, надо просить его это делать и подчеркивать отличное выполнения задания. Покажите ребенку, что он способен сделать некоторые вещи даже лучше вас.

9. Учите не бояться неудач. Объясните малышу, что все совершают ошибки, и это вполне естественно. Приучайте ребенка решать проблемы, не унывая и смело, смотря вперед. Настраивайте на позитивное мышление и приучайте к оптимистическому восприятию мира.

10. Подбирайте литературу, которая бы учила выходить с достоинством из самой сложной ситуации и наглядно демонстрировала бы, что только сильный духом и уверенный в себе человек может решить любую проблему. Предложите для начала прочесть «Робинзон Крузо», «Повесть о настоящем человеке» или похожие истории, которые могут научить ребенка не бояться сложностей.

11. Создайте правильную обстановку дома. Спокойная, гармоничная аура в доме, благоприятный психологический климат – пожалуй, одно из самых главных моментов в психологическом развитии ребенка. Если малыш видит любящих друг друга родителей, понимает, что его любят и уважают как личность, - то он вырастет с адекватной самооценкой и уверенностью в себе. Не стоит забывать, что то, какая самооценка будет у вашего ребенка – зависит, в первую очередь, только от самих родителей.

Практикум для родителей на тему:

«Игры, развивающие уверенность в себе»

Цель: на примере создания игровых ситуаций и развивающих упражнений показать родителям как игра влияет на развитие уверенности в себе у детей.

Примерные ситуации для игры.

Ребёнок укладывает медвежонка спать в кукольную коляску. Вы тоже укладываете игрушку спать в картонную коробку. Или он выбирает игру с машинами: «Я возьму жёлтую!». Вы говорите: «Замечательно! Тогда я возьму синюю».

Покажите, что вы вполне довольны своей ролью и поддерживаете замысел ребёнка. Зеркальное отражение игры вашего ребёнка поможет ему:

- наслаждаться игрой вместе с вами;
- почувствовать, что он может быть главным в игре;
- увидеть, что вам нравится играть с ним.

Большое значение для развития уверенности в себе и самооценки ребёнка имеют музыкальные игры.

Выберите спокойное время для игры. Сядьте поближе к ребёнку и попросите помолчать, закрыть глаза и внимательно прислушаться. Что вы слышите? Возможно, пройдёт минута, чтобы «настроиться» на звуки вокруг вас, и вскоре вы сможете различить тиканье часов, шум проехавшей мимо машины, пение птички, чей-то свист. Научите ребёнка слушать внимательно и называть звуки, которые он узнал. Как вариант, можно слушать звуки в парке, на улице. Игры, включающие слушание, помогают детям:

- сконцентрироваться на одном чувстве — слухе;
- расширить представление об окружающем мире;
- научиться отличать один звук от другого;
- находить слова для описания того, что они слышат;
- наслаждаться вашим обществом.

А теперь включите любую музыку, которая вам нравится. Потанцуйте под неё с ребёнком. Через некоторое время выключите музыку и сразу же присядьте. Как вариант, после остановки музыки можно замереть и стоять, как «статуи». Вы можете пробовать разную музыку - быструю и медленную, весёлую и грустную. Когда ребёнок привыкнет к игре, позвольте ему самому включать и выключать музыку. Музыкальные игры помогают детям:

- слушать музыку и двигаться под неё;
- слышать ритм и останавливаться по сигналу «Стоп»;
- реагировать движениями тела на изменение темпа и на строение музыки;
- контролировать свои движения;
- концентрировать внимание;
- наслаждаться совместной игрой.

Повысить самооценку ребёнка и развить уверенность в себе помогают игры, связанные с умением различать эмоции и настроение людей. Например, игра «Зеркало».

Встаньте рядом с ребёнком перед зеркалом и попытайтесь придать своему лицу разное выражение: грустное, счастливое, сердитое, удивлённое. Ребёнок с удовольствием будет передавать мимикой то или иное настроение. Включите музыку и потанцуйте. Старайтесь уловить настроение и темп музыки: музыка грустная или весёлая, быстрая или медленная, танцевальная или маршеобразная. Что хочется под неё делать? Пусть ребёнок придумает свои движения, а вы покажете свои. Игра «Зеркало» поможет детям:

- в игровой форме соприкоснуться с различными настроениями и чувствами;
- попробовать изобразить разные выражения лица и способы движения;
- внимательно присмотреться к себе;
- использовать жесты и мимику для передачи настроения;
- получить удовольствие от перевоплощения.

Большое значение для повышения самооценки ребёнка и развития его уверенности в себе имеет предоставление ему возможности сделать выбор.

Создайте ситуацию, в которой ребёнок может принять решение. Например, утром положите на кровать всё, что нужно малышу для одевания, но обратите его внимание на то, что футболок две. Спросите у него: «Какую ты выберешь?» - и согласитесь с его выбором.

Во время еды тоже предложите выбор. Например, скажите, что сегодня будут бутерброды и спросите: «С чем ты хочешь бутерброд - с сыром или с вареньем?» Выбор помогает детям:

- почувствовать себя принимаемыми и понимаемыми;
- развивать положительное отношение к себе;
- учиться выражать свой выбор;
- понять важность умения слушать и говорить.

## Приложение 18

Таблица 2.7.

## Результаты диагностики «Лесенка» на контрольном этапе

№ п/п	Имя ребёнка	Выбранная ступенька	Уровень развития компонента оценки собственной ценности по основным модальностям образа «Я»
1	Катя Е.	1	В.У.
2	Ксения Е.	1	В.У.
3	Ваня Р.	2	С.У.
4	Павел Л.	3	С.У.
5	Ульяна П.	2	С.У.
6	Илья Л.	1	С.У.
7	Даша П.	1	В.У.
8	Ксения С.	2	С.У.
9	Ваня Г.	3	С.У.
10	Настя П.	2	С.У.
11	Ваня Д.	1	В.У.
12	Тимофей О.	3	С.У.
13	Вика П.	1	В.У.
14	Яна Д.	3	С.У.
15	Настя Я.	1	В.У.
16	Глеб Ш.	1	В.У.
17	Лиана К.	2	С.У.
18	Арсений С.	2	С.У.
19	Саша К.	3	С.У.
20	Саша А.	1	В.У.
21	Лолита Г.	4	С.У.
22	Дима К.	3	С.У.
23	Даша К.	4	Н.С.У.
24	Андрей М.	4	Н.С.У.
25	Богдан В.	2	С.У.
			В.У. – 32 % С.У. – 60 % Н.С.У. – 8 % Н.У. – 0 %

## Приложение 19

Таблица 2.8.

## Результаты диагностики «Какой Я?» на контрольном этапе

№ п/п	Имя Ребёнка	Хороший	Добрый	Умный	Аккуратный	Послушный	Внимательный	Вежливый	Трудолюбивый	Честный	Умелый	общий балл	Уровень развития самооценки
1	Катя Е.	1	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	1	0,5	8	В.У.
2	Ксения Е.	1	1	1	1	0,5	0,5	0,5	1	1	0,5	8	В.У.
3	Ваня Р.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	7	С.У.
4	Павел Л.	1	1	1	0	1	1	0,5	0,5	1	0,5	7,5	С.У.
5	Ульяна П.	1	1	1	1	1	1	0,5	0	1	1	8,5	В.У.
6	Илья Л.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
7	Даша П.	1	1	1	1	1	1	0,5	1	1	1	9,5	В.У.
8	Ксения С.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
9	Ваня Г.	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	7	С.У.
10	Настя П.	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1	1	0,5	7,5	С.У.
11	Ваня Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
12	Тимофей О.	1	1	1	0,5	0,5	1	1	1	1	1	9	В.У.
13	Вика П.	1	1	1	1	1	0,5	1	1	1	0,5	9	В.У.
14	Яна Д.	1	1	1	0	0	0,5	0,5	1	1	1	7	С.У.
15	Настя Я.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
16	Глеб Ш.	1	1	1	0	0,5	1	1	1	1	1	8,5	В.У.
17	Лиана К.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	1	8	В.У.
18	Арсений С.	1	1	1	0	0,5	0	0	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
19	Саша К.	1	1	1	1	1	1	0,5	1	1	0,5	9	В.У.
20	Саша А.	1	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	1	8	В.У.
21	Лолита Г.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	7,5	С.У.
22	Дима К.	0,5	1	0,5	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
23	Даша К.	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	6	С.У.
24	Андрей М.	1	1	1	0	0,5	0,5	0,5	0	0,5	0,5	5,5	С.У.
25	Богдан В.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
													В.У.- 60% С.У.- 40%

## Приложение 20

Таблица 2.9.

Результаты диагностики «Исследования эмоционального состояния»  
на контрольном этапе

№ п/п	Имя ребёнка	Положительные эмоциональные	Нейтральные эмоциональные	Отрицательные эмоциональные состояния	Уровень оценки эмоционального состояния
-------	-------------	-----------------------------	---------------------------	---------------------------------------	---

		ные состояния	состояния		ребенка через изменение сдвига чувствительности
1	Катя Е.	+	-	-	В.У.
2	Ксения Е.	+	-	-	В.У.
3	Ваня Р.	+	-	-	В.У.
4	Павел Л.	-	+	-	С.У.
5	Ульяна П.	+	-	-	В.У.
6	Илья Л.	-	+	-	С.У.
7	Даша П.	+	-	-	В.У.
8	Ксения С.	-	+	-	С.У.
9	Ваня Г.	-	+	-	С.У.
10	Настя П.	+	-	-	В.У.
11	Ваня Д.	+	-	-	В.У.
12	Тимофей О.	-	+	-	С.У.
13	Вика П.	+	-	-	В.У.
14	Яна Д.	-	+	-	С.У.
15	Настя Я.	+	-	-	В.У.
16	Глеб Ш.	+	-	-	В.У.
17	Лиана К.	-	+	-	С.У.
18	Арсений С.	-	+	-	С.У.
19	Саша К.	-	+	-	С.У.
20	Саша А.	+	-	-	В.У.
21	Лолита Г.	+	-	-	В.У.
22	Дима К.	+	-	-	В.У.
23	Даша К.	-	+	-	С.У.
24	Андрей М.	-	-	+	Н.У.
25	Богдан В.	-	+	-	С.У.
					В.У. – 44% С.У. – 52 % Н.У. – 4%

Приложение 21

Таблица 2.10.

Результаты диагностики «Выбери нужное лицо» на контрольном этапе

№ п/п	Имя ребёнка	ИТ выше 50%	ИТ от 20 до 50%	ИТ от 0 до 20%	Уровень тревожности ребенка
----------	-------------	----------------	--------------------	-------------------	-----------------------------------

1	Катя Е.	-	+	-	С.У.
2	Ксения Е.	-	+	-	С.У.
3	Ваня Р.	-	+	-	С.У.
4	Павел Л.	-	+	-	С.У.
5	Ульяна П.	-	-	+	Н.У.
6	Илья Л.	-	+	-	С.У.
7	Даша П.	-	+	-	С.У.
8	Ксения С.	-	+	-	С.У.
9	Ваня Г.	-	+	-	С.У.
10	Настя П.	-	+	-	С.У.
11	Ваня Д.	-	+	-	С.У.
12	Тимофей О.	-	-	+	Н.У.
13	Вика П.	-	+	-	С.У.
14	Яна Д.	-	+	-	С.У.
15	Настя Я.	-	-	+	Н.У.
16	Глеб Ш.	+	-	-	В.У.
17	Лиана К.	+	-	-	В.У.
18	Арсений С.	-	+	-	С.У.
19	Саша К.	-	+	-	С.У.
20	Саша А.	-	+	-	С.У.
21	Лолита Г.	-	+	-	С.У.
22	Дима К.	-	-	+	Н.У.
23	Даша К.	-	+	-	С.У.
24	Андрей М.	-	+	-	С.У.
25	Богдан В.	+	-	-	В.У.
					В.У. – 8 % С.У. – 76 % Н.У. – 16 %

Приложение 22

Таблица 2.11.

Результаты диагностики «Каков ваш ребенок с окружающими людьми?» на контрольном этапе

№ п/п	Имя Ребёнка	Доброта	Вниматель	Правдивос	Вежливост	Общитель	Щедрость	Отзывчиво	Справедли	Жизнерадо	Ответстве	баллобий	Уровень развития
-------	-------------	---------	-----------	-----------	-----------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------	------------------

			НОСТЬ К ЛЮДЯМ	ТЬ, ЧЕСТНОСТЬ	Ь	НОСТЬ		ПОМОЩЬ, ГОТОВНОСТЬ ПРИЙТИ НА	ВОСТЬ	СТНОСТЬ	ННОСТЬ		КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА-ДОШКОЛЬНИКА
1	Катя Е.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
2	Ксения Е.	1	1	0	1	0,5	0,5	0,5	1	1	0,5	7	С.У.
3	Ваня Р.	1	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	6	С.У.
4	Павел Л.	1	1	1	0,5	1	1	0,5	0,5	1	1	8,5	В.У.
5	Ульяна П.	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
6	Илья Л.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,5	9,5	В.У.
7	Даша П.	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0,5	0	1	0,5	5	С.У.
8	Ксения С.	1	1	0,5	1	1	0,5	1	0,5	1	1	8,5	В.У.
9	Ваня Г.	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	7	С.У.
10	Настя П.	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1	1	0,5	7,5	С.У.
11	Ваня Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
12	Тимофей О.	0,5	1	1	0,5	0,5	1	0,5	1	1	0,5	7,5	С.У.
13	Вика П.	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	1	1	0,5	7	С.У.
14	Яна Д.	1	1	1	0	0	0,5	0,5	1	1	1	7	С.У.
15	Настя Я.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
16	Глеб Ш.	0,5	1	0,5	0	0,5	1	1	0,5	1	0,5	6,5	С.У.
17	Лиана К.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	7,5	С.У.
18	Арсений С.	1	0	0	0	0,5	0	0	0,5	0,5	0,5	3	Н.У.
19	Саша К.	1	1	0	1	1	0	0,5	0	1	0,5	6	С.У.
20	Саша А.	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	0,5	6,5	С.У.
21	Лолита Г.	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	7,5	С.У.
22	Дима К.	1	0,5	1	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	7	С.У.
23	Даша К.	0,5	0	0,5	0	0,5	0	0,5	0	0,5	0	2,5	Н.У.
24	Андрей М.	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	5	С.У.
25	Богдан В.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	В.У.
													В.У.28 % С.У.64 % Н.У.- 8%

## Приложение 23

## Таблица 2.12.

Результаты диагностики уровня развития уверенности в себе у детей старшего дошкольного возраста (по пяти методикам)

№ п/п	Имя ребёнка	«Лесенка»	«Какой Я?»	«Исследования эмоционального состояния»	«Выбери нужное лицо»	«Каков ваш ребенок с окружающими людьми?»	уровень уверенности в себе
1	Катя Е.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.
2	Ксения Е.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
3	Ваня Р.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.
4	Павел Л.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.
5	Ульяна П.	С.У.	В.У.	В.У.	Н.У.	С.У.	С.У.
6	Илья Л.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.

7	Даша П.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
8	Ксения С.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.
9	Ваня Г.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
10	Настя П.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.
11	Ваня Д.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.
12	Тимофей О.	С.У.	В.У.	С.У.	Н.У.	С.У.	С.У.
13	Вика П.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
14	Яна Д.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
15	Настя Я.	В.У.	В.У.	В.У.	Н.У.	В.У.	В.У.
16	Глеб Ш.	В.У.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	В.У.
17	Лиана К.	С.У.	В.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.
18	Арсений С.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	Н.У.	С.У.
19	Саша К.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.	С.У.
20	Саша А.	В.У.	В.У.	В.У.	С.У.	С.У.	В.У.
21	Лолита Г.	С.У.	С.У.	В.У.	С.У.	С.У.	С.У.
22	Дима К.	С.У.	С.У.	В.У.	Н.У.	С.У.	С.У.
23	Даша К.	Н.С.У.	С.У.	С.У.	С.У.	Н.У.	С.У.
24	Андрей М.	Н.С.У.	С.У.	Н.У.	С.У.	С.У.	С.У.
25	Богдан В.	С.У.	В.У.	С.У.	В.У.	В.У.	В.У.
							В.У. – 36 % С.У. – 64 % Н.У. – 0 %