

## **Методы и приемы для формирования адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста**

**Рафикова Ирина**

*Аннотация:* в данной статье рассматривается формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста с помощью различных методов и приемов, которая является ключевым фактором их успешного развития и благополучия.

*Ключевые слова:* самооценка, дети младшего школьного возраста, начальная школа, адекватная самооценка.

## **Methods and techniques for the formation of adequate self-esteem in primary school children**

**Rafikova Irina**

*Abstract:* This article examines the formation of adequate self-esteem in primary school children through various methods and techniques, which is a key factor in their successful development and well-being.

*Key words:* self-esteem, elementary school children, elementary school, adequate self-esteem.

Самооценка – это важный аспект развития личности, который оказывает значительное влияние на академическую успеваемость, социализацию и общее благополучие ребенка.

Адекватная самооценка – это ключевой фактор успешного развития ребенка. Она помогает ребенку младшего школьного возраста чувствовать себя уверенным в себе, принимать решения, справляться с трудностями и строить здоровые отношения с окружающим миром.

Младший школьный возраст - это важный период для формирования самооценки. В этот период дети начинают сравнивать себя с другими, оценивать свои достижения и недостатки. Их самооценка может быть повышенной, заниженной или адекватной.

В начальных классах формирование адекватной самооценки является наиболее актуальным, так как дети в этом возрасте начинают активно искать одобрение и признание со стороны взрослых и сверстников.

С уверенностью можно сказать, что самооценка ребенка младшего школьного возраста играет значительную роль в его способности эффективно выполнять различные виды деятельности, а также в процессе формирования его личности на протяжении всей его жизни. Когда у ребенка младшего школьного возраста адекватная самооценка, он ощущает уверенность в себе и проявляет такие качества, как способность достигать своих целей в различных ситуациях, будь то взаимоотношения в семье или в школе. Дети с адекватной самооценкой самостоятельно проявляют инициативу и способны эффективно адаптироваться к различным условиям.

Ананьев Б. Г. подчеркивал, что самооценка — это самый сложный аспект сознания детей. Вначале дети формируют свою самооценку на основе мнений окружающих, таких как родители, друзья, учителя, одноклассники и даже незнакомые им люди.

Важное значение имеет восприятие своих первых оценок детьми младшего школьного возраста. Дети с заниженной самооценкой испытывают трудности с принятием низких оценок, полученных за домашние задания или ответы у доски. Несмотря на внутреннее несогласие с выставленной оценкой, они могут стать инициаторами конфликтов, что только усугубляет ситуацию и вызывает повышенное эмоциональное напряжение и тревогу окружающих. Исследования показывают, что подобные аффективные состояния наиболее часто встречающиеся среди детей младшего школьного возраста, но они еще неустойчивы и быстро проходят. Защитная функция состояния аффекта, связанного с неадекватностью, заключается в том, что она защищает ребенка от травмирующего воздействия и поддерживает его самооценку, что способствует самоуважению. [2]

С.Н. Фрондзей отмечает, что связь между школьными оценками и самооценкой ребенка не всегда является решающей. Если в семье не акцентируется внимание на балльных оценках, то самооценка младшего школьника не будет зависеть от его учебных успехов в школе. [4]

Согласно мнению Е.И. Алентьевой, обучающиеся начальных классов чаще всего воспринимают оценки учителя как ориентир для своих взаимодействий и формируют отношения с одноклассниками в зависимости от их успеваемости: отличники и хорошисты, троечники и двоечники. [1]

Таким образом, оценка учителя воспринимается как общая характеристика личности, что, в свою очередь, влияет на социальный статус ребенка в классе. Более успешные ученики имеют тенденцию переносить оценки учителя на других детей, воспринимая их как индикатор неуспеха и в других сферах.

Для развития и повышения самооценки Остапова С.Н. предлагает несколько приемов. Первый из них — «Дорожка успеха». Перед выполнением задания каждый ученик предсказывает свой успех и фиксирует это предположение. Данный прием также можно применять на уроках для изучения, закрепления или обобщения нового материала. Второй прием — «Волшебные линейки»,

представляющие собой оценочную шкалу, на которой обучающиеся отмечают результаты своей работы сразу после её завершения.

Еще один прием — «Кто сможет?». Учитель предлагает задание, например, составить предложение по схеме, представленной на доске, и спрашивает: «Кто сможет это сделать?». Ученики, оценив свои способности, поднимают руки. Один из них выполняет задание, после чего все вместе проверяют правильность выполнения, и ученик отвечает на вопрос: «Ты справился с заданием?». Так происходит сопоставление личных амбиций учащихся с их реальными возможностями.

Кроме перечисленных методов и приемов, для повышения самооценки у детей младшего школьного возраста можно применять и следующие приемы:

Прием «Ладонки». Обучающиеся с помощью карандаша показывают свою оценку на ладони. Если ответ очень хороший — карандаш располагается у кончиков пальцев, если есть затруднения — на уровне большого пальца, а в случае необходимости помощи — внизу ладони. Этот метод наиболее подходит для оценивания устных ответов.

Также для повышения самооценки у детей младшего школьного возраста можно использовать «портфолио».

Главная цель портфолио — показать успехи обучающихся в разных сферах активности: учебной, творческой, социальной и коммуникативной. В конце учебного года можно устроить презентацию портфолио, на которой жюри выберет победителей в разных номинациях.

Таким образом, выделение победителей и лауреатов среди детей младшего школьного возраста позволяет детям осознать свои сильные стороны, что, в свою очередь, способствует формированию адекватной самооценки.

### **Упражнение “Я есть”**

Необходимо попросить обучающихся наклеить на лист бумаги свою маленькую фотографию или нарисовать себя. Вокруг картинки они должны написать позитивные слова, которые их описывают. Затем педагог просит их записать позитивные слова, которые о них говорят другие люди. После этого обучающийся может обсудить, как каждый из них относится к нему.

### **Упражнение “Позитивное перефразирование”**

В этом упражнении ребёнок младшего школьного возраста перефразирует своё утверждение о проблеме в позитивное утверждение. Например, можно заменить «Мне трудно заводить друзей» на «Я отличный друг для тех, кто мне дорог». Другой пример: «Я плохо играю в баскетбол» можно заменить на «Я изо всех сил стараюсь во всех видах спорта, и в некоторых из них я лучше, чем в других».[6]

Таким образом, самооценка-это важный аспект развития личности, который оказывает значительное влияние на академическую успеваемость, социализацию и общее благополучие ребенка. Следовательно, формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста - это длительный процесс, который требует усилий от родителей, учителей и самого ребенка. Важно создавать условия для успеха ребенка, поддерживать его в трудные моменты и помогать ему развивать веру в свои силы. Изученные методы и приемы также помогают поддержанию адекватной самооценки.

## Список используемой литературы

1. Алентьева Е.И. Формирование адекватной самооценки у младших школьников / Е.А. Алентьева, Ю.Ю. Курбангалиева, Н.О. Дубченкова //Гуманитарные исследования. 2014. № 4. С. 113-118.
2. Захарина Н.Л. Формирование самооценки у младших школьников в условиях внедрения ФГОС. - СПб.: Питер, 2019. - 29 с.
3. Остапова С.Н. Развитие навыков самооценки и самоконтроля //Начальная школа. 2014. № 12. С. 42 — 45
4. Фрондзей С.Н. Роль учителя в формировании самооценки младшего школьника // В сб.: Актуальные проблемы начального образования. Ростов-на-Дону, 2016. С. 36-40.
5. Ананьев, Б.Г. Человек, как предмет познания : монография / Б.Г. Ананьев. –Санкт-Петербург : Питер, 1978. - 209 с.
6. Команда GoGuardian Формирование самооценки у учащихся начальной, средней и старшей школы / Команда GoGuardian [Электронный ресурс] // GoGuardian : [сайт]. — URL: <https://www.goguardian.com/blog/self-esteem-in-elementary-middle-and-high-school-students> (дата обращения: 16.10.2024).