**Формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста**

**« Даже Солнце на небе не**

**высокого мнения о себе , как свеча ,**

 **зажженная в погребе.**

**Всё зависит от окружения . »**

 Самооценка очень важна для ребёнка . Это самое главное в формировании личности . А адекватная самооценка – когда ребенок объективно оценивает свои возможности и свое место в коллективе . В 1 классе самооценка , как правило , является адекватно завышенной . Во 2 классе у многих она снижается , наблюдается возможность к переоценке себя . В 3,4 классах у большинства детей появляется либо адекватная , либо заниженная самооценка.

 Все родители хотят видеть своих детей успешными , но не все знают как этого достичь . Родители должны понимать , что взрослые для ребёнка являются авторитетом и они верят в их оценки , в этом возрасте можно вселить в ребёнка уверенность в своих силах . Формирование адекватной самооценки зависит от учебно - воспитательного процесса , то есть под влиянием оценки , которую дают родители , учителя и сверстники на родительских собраниях даю полезные советы , рекомендации . Я стараюсь , чтобы родители на собрании были активными участниками . На последнем мы вместе сформулировали рецепт правильной » родительской помощи . Если родители создают атмосферу высокой оценки любви детей , такими , какие они есть , то дети не боятся высказать своё мнение , принимать решение , справляться с жизненными трудностями ,

\* Найти время , чтобы уделить ребёнку всё своё внимание , не деля его ни с чем.

\* Показать ребёнку , что признаете и понимаете его чувства , даже если не согласны с ним . Объяснить , что разные люди могут иметь разные чувства .

\* Установить последовательные твёрдые ограничения . Дети обязательно будут проверять крепость этих ограничений . Зная , что родители их контролируют , держат своё слово , чувствуют себя в безопасности .

\* Оценивать непосредственно плохое поведение ребёнка , не критикуя его характер

\* Хвалить ребёнка за конкретные поступки , а не « вообще » . Если ребёнок видит , что вы действительно заметили его попытки что - то сделать хорошо , он скорее всего , их повторит

\* Показывайте ребёнку очевидные свидетельства его развития , его достижения Показать какие он сделал успехи , какие новые навыки приобрёл . Стараться концентрироваться на позитиве .

\* Объяснить , что у всех иногда случаются неудачи . Очень важно понять , что ошибки дают человеку возможность учиться , расти . \* Помочь ребёнку почувствовать его важность , с раннего возраста , поручая ему какие -нибудь дела или обязанности , чтобы помочь семье , школе , друзьям

\*относиться с уважением к индивидуальным особенностям ребенка , к его степени развития на разных стадиях , позволить ему « двигаться в его собственном темпе »

\* Признавать сильные стороны ребенка и хвалить его за них . Предоставлять ребёнкү как можно больше возможностей добиваться успеха в том , что ему близко , что ему нравится , что у него получается- это поможет ему приобретать уверенность в себе , поможет ему при выполнении трудных заданий .

\* Устраивать семейные праздники , устанавливать собственные семейные традиции , чтобы тети с нетерпением их ждали

\*Показывать детям свою бескорыстную любовь

 Родителям и учителям нужно смотреть на вещи глазами ребёнка , помочь ребенку обнаружить в себе сильные стороны . Дети приходят к самооценке в первую очередь благодаря чувству того , что их ценят и бескорыстно любят важные для них люди .

 Целый ряд родительских собраний посвящен тому , чтобы раскрыть родителям секреты правильного общения с собственными детьми . То , что человек получает и приобретает в семье , он сохранит в течение всей своей жизни . Родители должны понимать , как велико значение правильного семейного воспитания . Чтобы помочь ребёнку повысить самооценку , нужно учить его умению учиться , видеть учебные задачи , находить оптимальные способы их решения . Родители работая в группах , на родит собрании выработали правила :

 \* учить ребёнка прислушиваться к мнению окружающих

 \* спокойно относиться к критике

 \* учить уважать чувства и желания других детей

 \* не наказывать , когда ребёнок не внимателен , слишком подвижен

 \* не перехваливать детей

\* поощрять инициативу не сравнивать его с другими детьми

 \* принимать ребёнка таким , какой он есть

 На уроках формирование адекватной самооценки тесно связано е самоанализом своей деятельности , т.е рефлексия . Рефлексия - самоанализ деятельности и ее результатов . Это может происходить на любом этапе урока . Я использую много приёмов в своей работе . Их можно назвать инструментами формирования самооценки 1. Моё настроение ( солнышко , лицо , тучка , дерево )

 **2. Лесенка настроения , успеха**

**3. Светофор**

**4. Линеечки (** пятиуровневая шкала по критериям )

 **5. Синквейн** ( развитие речи , мышления , оценка )

 6.**Цветовые птички** ( вариант светофора ) мы с детьми придумали название . Позволяют ученику , пользуясь цветными карандашами , самостоятельно оценить степень уверенности в себе . Дети делают пометки за полями ( птички ) рядом с работой ( домашней и классной ) - мне ясно , я справлюсь , я знаю - я не совсем разобрался - мне трудно . Учитель , взяв тетрадь ,видит , кто из них и в каком вопросе нуждается в помощи

**7 « Сосед пo пaрте »** Сосед оценивает работу рядом сидящего ученика , указывает недочеты . Ученик оценивает себя , ставит + , - , обмен тетрадями и оценивание в паре. Если оценка совпала , то + обводится кружком зелёного цвета . Проверяя тетради , можно судить об адекватности оценки .

**8 « Комплимент »** ( учащиеся оценивают вклад друг друга в урок , благодарят за что - то

**9.Огонёк общения** ( передают сердечко , цветок и говорят : что порадовало , кому хочется сказать спасибо , молодец , за что ?

 **10. Дерево творчества**

**11. Листы самооценки**

**12. Гусеница** ( вытягивается , растёт » на протяжении урока . Это вдохновляет , помогает раскрыться , заинтересовать .

**13.Я - учитель** ( конечный результат приема - критически подойти к себе и оценивать знания другого . Имеет много плюсов : проверка знаний , ориентируюсь над чем еще поработать , что хорошо усвоено , такой приём активизирует учащихся ,раскрываются индивидуальные особенности детей ( кто - то хочет подсказать , кто - то ждет ответа терпеливо , кто - то помогает )

**14.Радуга** ( выдается карточка - круг , разделённый на столько частей , сколько заданий учитель выносит на контроль . Правильно выполненное задание закрашивается красным цветом , с 1 ошибкой - зелёным , не получилось быть активным , трудно – желтым) . Эффективно использовать на обобщающих уроках .

 Рекомендации учителю по работе с детьми с низким уровнем самооценки " не предъявлять к ребенку завышенных требований " не использовать слова , унижающие достоинство человека , оценивать результат деятельности , анне личности вовлекать в коллективную работу " Повышать уверенность ребёнка в себе , в своих силах " развивать способность видеть в себе хорошее » формировать коммуникативные навыки развивать способность позитивного отношения к людям \* при организации внеклассных мероприятий назначать на ответственные должности Рекомендации учителю по работе с детьми с завышенным уровнем самооценки " учить слушать других воспитывать чувство сопереживания \* оценивая работы , показывать как положительные так и отрицательные моменты учить аргументировать оценки \* при организации внеклассных мероприятий включать учащихся в групповую работу

**Рефлексия** Расположите свою радугу на одной из ступенек .

1 ступень Я считаю , что это не важно

2 ступень это дело родителей и детей

3 ступень Мне захотелось ...

 Чтобы оценивание было эффективным , я регулярно привлекаю к этому процессу ребят , помогаю им сформировать собственное суждение о том , насколько хорошо что - либо выполнено . Для такого сотрудничества в оценивании требуется прежде всего обсудить с ними в начале урока ЦЕЛИ , то , что должно быть изучено , - и учебные результаты - то , на что дети будут способны после усвоения учебного материала . Я остановлюсь на некоторых , которые использую еще недолго . В своей работе .

**Диагностика**

 Работу начинаю с диагностики . Например , перед детьми ряд положительных качеств и ряд отрицательных ( по 10 в каждом столбике ) .Детям предлагается подчеркнуть те , которые есть у них .

**« Идеал »**

СМЕЛОСТЬ

ДОБРОТА

ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ

ТРУДОЛЮБИЕ

ВЕЖЛИВОСТЬ

ЧЕСТНОСТЬ

ПРАВДИВОСТЬ

НАСТОЙЧИВОСТЬ

АКТИВНОСТЬ

аккуратность

 « Антиидеал »

ХВАСТОВСТВО

ГРУБОСТЬ

ЛЕНЬ

ТРУСОСТЬ

ЗАВИСТЬ

ЛЖИВОСТЬ

ЖАДНОСТЬ

ДРАЧЛИВОСТЬ

ЖЕСТОКОСТЬ

НЕСДЕРЖАННОСТЬ

Если по результатам в графе « Идеал » подчеркнуто 8-9 качеств , то это свидетельствует о завышенной самооценке .

 Если по результатам в графе «Антиидеал» такая картина , то это говорит о

заниженной самооценке . Если количество слов из столбиков А и В примерно одинаковые , значит самооценка близка к адекватной .

**Листы самооценки**

 Оценивание может проходить по листу самооценки за каждую задачу , за

группу заданий . Ставятся отдельные отметки и набираются за урок . Критерии можно вырабатывать с детьми совместно ( особенно на уроках литературного чтения , познания , естествознания )

**Вывод :** формирование самооценки в учебной деятельности требует много времени и различных приёмов . По возможности стараться на уроке чаще обращаться к каждому ученику , осуществляя постоянную « обратную связь » Использовать на уроках музыкальные фрагменты , игровые и соревновательные формы . При адекватной самооценке ребёнок

 \* правильно соотносит свои способности и возможности достаточно критически относится к себе

\* стремится реально смотреть на свои неудачи и успехи

\* старается ставить перед собой достижимые цели , которые можно осуществить на деле .