Потупало Тамара Николаевна

учитель начальных классов

МБОУ СОШ № 7 г. Ноябрьск

ЯНАО Тюменской области

Адрес электронной почты: Potupalo@yandex.ru

Контактный телефон: 8(922)283-32-76

**Тема:** Разные мысли обо мне.

**Задачи:**

- расширять представление детей о самооценке человека;

- способствовать осознанию детьми качеств своей личности;

- учить адекватно воспринимать критику и корректно высказывать свое мнение о другом;

- формировать положительное отношение к собственному "Я".

**Подготовительная работа.** подобрать отрывки из сказок, рассказов, иллюстрирующие героев с завышенной и заниженной самооценкой. Для проведения второго этапа понадобится коробка с разноцветными камешками (бусинками).

**Форма проведения:** практикум.

**Формируемые добродетели:**

Правдивость; быть правдивым - значит не лгать, не преувеличивать (не приуменьшать) достоинств своих и других людей; жить по правде.

**Первый этап**:

**"Взрослые обо мне".**

1. Учитель просит желающих рассказать о том, как их оценили родители.

Затем он задает вопросы:

* Как вы считаете, остаетесь ли вы для своих родителей самыми любимыми, лучшими и единственными даже после ваших шалостей?
* А для учителей?
* А для друзей?
* Так что же, кроме нашей внешности, делает нас непохожими на других? (Наши чувства, наши мечты, наши мысли друг о друге, о самом себе и др.)
* Действительно, мы постоянно сравниваем себя с другими людьми и на основе этого сравнения составляем мнение о себе, о своих способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка. Она может быть слишком высокой или слишком низкой, а может находиться на среднем уровне.

2. Давайте попробуем определить самооценку героев следующих сказок:

***"Айога" (ненецкая народная сказка)***

Жила девочка Айога, лицом красивая, а вот характер... Сказал кто-то, что красивее ее нет на свете. Задрала нос Айога, зазналась. Ходит важная, напыщенная, ничего не делает, только собой любуется. Мать просит ее: "Принеси воду, доченька". А она в ответ: "Вот еще. Работать буду - красота моя испортится". И так все зремя, чуть что - кричит: "Айога самая красивая, Айога". Не заметила, как превратилась она в гуся. Все слова человеческие забыла, кроме своего имени. Как увидит людей, до сих пор кричит: " Ай-ога-га-га-га".

***"О муравьишке" (О. Саначина.)***

Недавно муравьишка начал учиться муравьиной науке. Но у него мало что получалось: однажды, помогая нести еловую иголку другим муравьям, он выбился из строя. Как-то ему поручили перетащить пять крошек земли, а он ошибся и перетащил четыре. Муравьишка горевал, вытирая усиком слезы: "Я ничего не умею. Я плохой. Все муравьи способны к труду, они все умеют, а я - маленький, неловкий". Мама и папа беспокоились: "Сынок, что с тобой происходит? Ты не умеешь делать элементарных муравьиных дел. Муравей-вожак жалуется на тебя".

Муравьишка опустил голову и побрел, роняя слезы. « Жжж... жжутко хороший муравьишка. Жжаль, что он печалится, ведь у него вся жжизнь впереди", - и жук улетел.

Муравьишка, хлопая ресницами, провожал его долгим очарованным взглядом: "Да, я - хороший, хороший".

Вскоре после этой встречи с жуком жизнь муравьишки стала меняться. Он много трудился, стараясь постичь все муравьиные науки. Он, конечно, еще допускал ошибки, но вера в то, что у него все должно получиться, не покидала его. Постепенно он стал аккуратным и прилежным.

Приходя домой, муравьишка теперь говорил:

* Папа, мама, я понял, что могу научиться очень многому, если буду стараться.
* Ну конечно, золотой ты наш. Мы с папой раньше тоже многого не знали, но старание и трудолюбие помогли нам стать настоящими муравьями.

Счастливые глаза муравьишки светились от радости, и он бежал к друзьям. А на следующий день вновь с жаром приступал к учебе. *(О. Саначина.)*

3. Беседа по содержанию сказок.

- По каким признакам поведения вы определили самооценку героев?

Ответы детей обобщаются учителем:

То, как человек оценивает себя, можно определить по его поведению с другими в игре, в учебе, в труде, а так же по его мыслям и словам.

Так, дети с верной самооценкой охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказались проигравшими, и не дразнят других в случае выигрыша.

Ребята с заниженной самооценкой не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются и уходят.

От ребенка с завышенной самооценкой часто можно услышать: "Я самый лучший (сильный, красивый). Вы все должны слушать меня". Такие дети порой бывают агрессивными.

**Второй этап**:

**"Одноклассники обо мне".**

Педагог говорит о том, что мнение о самом себе часто зависит и от того, как оценивают нас окружающие люди: родители, учителя, знакомые, друзья, одноклассники. Из их оценок и складывается наша самооценка. Мы, в свою очередь, сами имеем собственное мнение о других людях, можем дать каждому из них оценку.

**Упражнение "Ассоциация".**

Учащиеся по очереди задают всему классу любые вопросы о себе на ассоциации:

"На какой цветок я похож?";

"На какой вкус?";

"На какого актера?" и др.

В конце упражнения педагог обращает внимание детей на различия между тем, какими мы представляемся сами себе, какими - другим людям. Важно, чтобы эти оценки были правдивыми.

**Третий этап**.

**"Я о себе".**

Учитель просит учеников открыть *"Дневник добродетелей"* и записать на свободной страничке вопрос: "Кто Я?".

Затем следует выбрать из написанных на доске несколько понравившихся фраз и записать их, закончив так, чтобы получилось предложение:

*Я словно птичка, потому что...*

*Я превращаюсь в тигра, когда...*

*Я словно муравей, когда...*

*Я - интересная книжка...*

*Я - светлячок...*

*Я чувствую, что я кусочек тающего льда...*

*Я словно рыба...*

После выполнения задания дети по желанию зачитывают свои фразы.

**Упражнение "Подари камешек".**

Учитель предлагает взять из коробки камешек (бусинку) и подарить любому однокласснику со словами: "Я дарю тебе камешек, потому что ты самый (самая)...", обязательно отметив лучшее в характере того, кому делается подарок.

**Домашнее задание:**

Выполнить дома в *"Дневнике добродетелей"* задание: "Вставить нужное слово ("верная", "завышенная", "заниженная") в следующее предложение: "Я считаю, что у меня... самооценка, потому что...". Объяснить свой выбор.

**Советы учителю:**

1. На втором этапе следите за тем, чтобы высказываемые учащимися ассоциации не были оскорбительными для одноклассников. Поощряйте шутливые, но добрые, ласковые отзывы детей друг о друге.
2. Используйте упражнение "Подари камешек" после любых классных воспитательных занятий. Оно способствует формированию у детей положительного отношения к себе и своим одноклассникам, развивает внутригрупповую сплоченность.

Помните, что в первую очередь из ваших оценок и оценок родителей складывается мнение детей о себе.

Именно в семье и школе ребенок узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был и, возможно, будет).

4. Объясните детям значение слова самооценка -оценка человеком самого себя, своих возможностей, качеств и отношений с другими людьми.