**Управление образования администрации**

**Белгородского района**

**«Повышение уровня учебной мотивации и самооценки**

**при помощи создания ситуаций успеха как средство снижения школьной тревожности детей младших классов»**

Автор опыта: Савина Аделина Николаевна,

Третьякова Евгения Александровна

 учитель начальных классов

МОУ «Никольская средняя общеобразовательная школа»

 Белгородской области

Белгородского района

2024

Содержание:

Информация об опыте……………………………………………….3

Технология опыта……………………………………………………9

Результативность опыта…………………………………………......17

Библиографический список ….……………………………..............19

Приложение к опыту …..………………………………………..…..20

**I. Информация об опыте**

**1.Условия возникновения и становления опыта.** Опыт сформировался на базе МОУ «Никольская средняя общеобразовательная школа» Белгородского района Белгородской области. «Педагогический стаж» школы около 48 лет.

Во время проведения учебных занятий и внеурочной деятельности в начальной школе учитель обратил внимание на повышенную школьную тревожность у детей младшего школьного возраста.

1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (BeemanN.Phillips)[5].Данная диагностика направлена на изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

 Среди самых распространенных проблем, которые наиболее часто встречаются в практике учитель работающих на начальном этапе образования является проблема школьной тревожности, именно школьная тревожность пагубно влияет на все аспекты жизнедеятельности ребенка, а именно: общение со сверстниками, психологическое и физическое здоровье, взаимодействие с взрослыми, как в школе, так и за ее пределами, а так же успеваемость по предметам. Поэтому учителю необходимо на первом этапе выявить данный показатель среди класса, чтобы в дальнейшем успешно организовать свою деятельность.

 Для выявления школьной тревожности у детей младшего школьного возраста используется методика британского психотерапевта Б. Н. Филлипса, разработанная в 1970-х годах. Ему принадлежат слова о том, что: « для нормальной социализации и формирования адекватной самооценки ребёнка важно вовремя снизить школьную тревожность»[8]. Методика Филлипса позволяет определить как общий уровень тревожности испытуемого, так и определённые тревожные факторы, чётко указывающие на конкретные проблемы ребенка.

К данным факторам относятся:

1. Общая тревожность в школе, которая проявляется в тревоге, завышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании безрадостного отношения к себе, отрицательной оценки со стороны преподавателей и сверстников.
2. Переживание социального стресса - эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты.
3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, создающий ситуации, препятствующие ученику развивать свои потребности в успехе.
4. Страх самовыражения –негативные эмоциональные переживания ситуаций, связанные с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний- негативное отношение к ситуациям проверки знаний, достижений, возможностей.
6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих характеризуется высокой значимостью других в оценке своих результатов, поступков.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности нервной системы, повышающие вероятность неадекватной реакции на появляющиеся проблемы, неблагоприятные ситуации.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями, снижающие успешность обучения ребенка[28 с.190].

 Данная методика представлена в виде теста, который состоит из 58 утверждений, на которые ребенок должен был ответить да или нет. Потом полученные результаты соотносились с ключом теста(См. Приложение 1, пункт 4).

 2. Методика диагностики уровня личностной тревожности Прихожан (Amen E. W., Renison N., 1954). Данная диагностика направлена на определение уровня тревожности у детей школьного (гораздо реже дошкольного) возраста.

 Личностная тревожность является малоизученной проблемой среди обучающихся начального звена. Учителю необходимо учитывать при организации своей деятельности уровень личностной тревожности учеников.

Личностная тревожность может оказывать не только отрицательное влияние, но и положительное на развитие личности ребенка. Положительная черта включает в себя умение чувствовать настроение своих сверстников и учителей, а следовательно правильно подбирать способы взаимодействия с ними, повышается стрессоустойчивость и наблюдательность.

 Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее коллективно. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики.

 Шкала предназначена для определения личностной тревожности. В основу теста положен принцип получения картины о беспокоящих состояниях за счёт оценки человеком своего восприятия тех или иных жизненных ситуаций.

 3. Методика диагностики уровня учебной мотивации Н.Г. Лускановой. Данная методика направлена на выявление уровня учебной мотивации.

 При обучении мотив подразумевает под собой направленную деятельность учащегося на разные аспекты учебной работы. При работе в классе учителю необходимо учитывать уровень учебной мотивации, для этого необходимо перед детьми ставить определенные цели учения. Мотивы учения обычно проявляются в ситуациях, когда ученику необходимо сделать свой выбор, следовательно, учителю необходимо изучить каким предметам больше отдают свое предпочтение дети, а каким меньше и уже из этих данных строить свою дальнейшую работу, подбирая учебный материал и задания.

 Мотивы учения делят на две основные отрасли:

-познавательные мотивы, которые направленны на изучаемый предмет, его содержание и структуру;

- социальный мотивы, которые в свою очередь направлены на индивида в процессе его социализации,т.е. при взаимодействии с учителями и сверстниками.

Для познавательных мотивов учения выделяют следующие уровни мотивов:

- широкие познавательные мотивы – ориентация на овладение новыми знаниями, фактами, явлениями, закономерностями;

- учебно-познавательные мотивы - ориентация на усвоение способов добывания знаний, приемов самостоятельного приобретения знаний;

- мотивы самообразования – ориентация на приобретение дополнительных знаний, на самосовершенствование личности.

Для социальных мотивов учения выделяют следующие уровни:

- широкие социальные мотивы – мотивы долга и ответственности, понимания социальной значимости учения;

- узкие социальные мотивы (позиционные) – стремление занять определенную позицию в отношении окружающих (например заслужить их одобрение);

- мотивы социального сотрудничества – ориентация на взаимоотношения и способы взаимодействия с другими людьми.

 4. Методика диагностики типа самооценки В.Г. Щур. Данная диагностика направлена на изучение типа самооценки обучающихся младшего школьного возраста.

 Для успешной работы с учениками учителю необходимо учитывать особенности типа самооценки учеников, т.е. завышенный и заниженный тип самооценки неблагоприятно влияет на обучение детей. Учитель должен правильно подбирать способы взаимодействия с учениками.

Рис.1. Выраженность показателей школьной тревожности учеников 4-ых классов (в ср.б., мах=10 б.)

 Как мы видим на рис.1. наибольшую выраженность имеет показатель школьной тревожности «общая тревожность в школе» и «фрустрация потребности достижения успеха» (Мх1 =6,48). Если брать во внимание полученные результаты, то большинство младших школьников имеют повышенные показатели по фрустрации потребности в достижении успеха, у обучающихся наблюдается неблагоприятный психический фон, который мешает в полной мере развивать их потребности в успехе, так же у младших школьников наблюдается повышенный уровень по компоненту «общая тревожность в школе», это говорит нам о том, что обучающиеся 4- тых классов сталкиваются со стрессовыми ситуациями при нахождении в школе.

Представим данные распределения младших школьников в зависимости от уровня школьной тревожности (Рис.2.2.).

Рис.2. Распределение младших школьников по уровню школьной тревожности (%)

 Таким образом, стал вопрос о необходимости изучения учебной мотивации и самооценки для снижения уровня школьной тревожности.

Автор опыта видит разрешение этой проблемы во включении в образовательный процесс разнообразных форм проведения дидактических игр и создания рекомендация для учителей, психологов и родителей. Савиной Аделиной Николаевной была сформулирована тема опыта «Влияние учебной мотивации и самооценки на школьную тревожность младших школьников».

**2. Актуальность проблемы исследования состоит в том, что** ведущей задачей школьного обучения является обеспечение условий для гармоничного, а именно интеллектуального и личностного развития учащихся. Наблюдая за изменением в образовательных стандартах можно с уверенностью говорить о том, что проблема мотивации самооценки и школьной тревожности начинают фигурировать наиболее чаще. Ученики начальных классов начинают сталкиваться с проблемой тревожности с первого года обучения. Адаптация, изменений ведущей деятельности, новые социальные условия начинают влиять на психологическое состояние детей. Ближе к 4 классу у учеников происходят значительные изменения в мотивационной сфере и происходит повышение уровня школьной тревожности.

 Для повышения уровня учебной деятельности в младшем школьном возрасте используется потенциал урочного и внеурочного время, что благоприятно влияет на развитие учебной мотивации. Обращаясь к закону «Об образовании» можно заметить, что деятельность педагога ориентируется на личность учеников, как на индивидов учебной деятельности. Беря во во внимание этот закон учителям теперь необходимо наиболее качественно подходить к выявлению и анализу индивидуальных психологических особенностей детей, чтобы в дальнейшем наиболее эффективно взаимодействовать с детьми в процессе учебной деятельности.

Наблюдая за тем, что в современном образовании отсутствует преемственность, плавный переход между ступенями образования, что ведет за собой появление стрессовых ситуаций, особенной у детей, которые испытывают трудности в обучении, что, в следствие, ведет к такой проблеме, как тревожность. Актуальные образовательные программы ориентированы на детей имеющих высокие показатели умственных и соматических способностей, что несет за собой проблемы с адаптацией детей не обладающих данными способностями. Если ориентировать на результаты проводившихся исследований, то перед нами возникает такая картина, что у детей младшего школьного возраста происходит заметное увеличение неврозов, нервно-психических расстройств нежели у детей дошкольного возраста.

Когда ребенок не может удовлетворить свои потребности, происходит появление тревожности. Тревожность, как новообразование больше связано с подростковым возрастом, у подростков накапливается отрицательный эмоциональный опыт, возникает накопление переживаний.

 Рассматривая каждый возрастной этап можно наблюдать, что независимо от действительности происходящей с человеком ,существуют похожие факторы вызывающие тревогу и стресс у людей одного возраста. Именно эти факторы можно отнести к наиболее значимым социологическим потребностям. Обращая внимание на статистические данные можно заметить, что с каждым годом в школах увеличивается количество детей, которых можно отнести к группе риска, дети на справляются с возрастающей ответственностью, страхами, тревогой из-за чего и происходит отклонения или сбой , еще не в созревшей до конца нервной системе.

 Главный вопрос, который возникает при изучении тревожности –это причины ее возникновения. Ученые в области психологии определяют два основных фактора возникновения тревожности:
1. внешние стрессогенные факторы, формирующие эмоциональные напряжение,
2. внутренние свойства самой личности (такие, как, например, темперамент). [1, c. 50]

 Одной из причин возникновения тревожности является высокие требования к ученикам, требования, которые не соответствуют интеллекту детей. Данные требования могут предъявлять, как учителя так и родители.

 [3, c. 200].

Одной из наиболее серьезных проблем выступает проблема мотивации учеников, поэтому учителю необходимо тщательно исследовать эту тему, чтобы на первых этапах разработать пути помощи. Рассматривая проблему мотивации учебной деятельности в современной психологии мы сталкиваемся с тем, что с одной стороны данная проблема является изученной , но не до конца удовлетворяющей реалиям современной практической деятельности.

 На протяжении всего периода обучения начиная от садика и заканчивая сдачей выпускных экзаменов ведущей деятельностью является именно учебная. Именно в младшем школьном возрасте происходит переход от игровой деятельности к учебной, детям необходимо овладеть основными видами учебных действий. Чтобы обеспечить этот плавный переход учителя на протяжении всего обучения в начальной школе стараются сохранить игровую мотивацию, включают в урочное и внеурочное время, задания носящие игровой характер. Учителям необходимо связывать содержание предмета с мотивом учеников и ориентирован на приобретение новых знаний.

 Исходя, из вышесказанного можно сделать вывод, что изучение мотивационной сферы остается актуальной проблемой.

 Проблема взаимосвязи академической успеваемости с учебной мотивацией в младшем школьном возрасте остаётся не до конца изученной. Несмотря на достаточно глубокую разработку данной проблемы в современной психологической науке (Л.С. Выготский[9], Л.И. Божович [5], Г.А. Цукерман [64], А.К. Маркова [39], А.И. Липкина, М.В. Матюхина [40], А.М. Прихожан и др.), отмечается недостаточность теоретического материала, посвящённого такой взаимосвязи и практического инструментария, рекомендаций учителям и родителям для повышения школьной мотивации младших школьников. С учетом этого факта, данное исследование является актуальным и обладает и теоретической и практической значимостью.

**3. Ведущая педагогическая идея** заключается в создании необходимых рекомендация для учителей, педагогов- психологов и родителей, содействующих снижению уровня школьной тревожности при использовании системно-деятельностного подхода в обучении в условиях реализации требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

**4. Длительность работы над опытом.** Работа над опытом началась в конце декабря 2019 года и закончилась в декабре 2023 года. Этапы формирования актуального педагогического опыта представлены в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы формирования актуального педагогического опыта | Сроки | Деятельность педагога |
| Начальный (констатирующий) | 2019 г. |  Изучение психолого-педагогической и методической литературы по теме опыта (изучение уровня тревожности младших школьников) |
| Основной (формирующий) | 2019 – 2022гг. |  Разработка и внедрение рекомендаций для учителей, педагогов-психологов и родителей с целью снижения уровня школьной тревожности, а так же разработка приемов и упражнений для взаимодействия с детьми. |
| Заключительный (контрольный) | 2022 – 2023гг.  | Оценивались результаты работы. Диагностика на заключительном этапе доказала успешность выбранной технологии для решения обозначенной педагогической проблемы. |
| Внедрение | 2024. | Формирование заключительных рекомендаций, которые доказали свою эффективность на практике. |

**5. Диапазон опыта.**

 Представленный опыт является единой системой «урок – внеклассная работа».

**6. Теоретическая база опыта.**

 Несмотря на достаточно глубокую разработку данной проблемы в современной психологической науке (Л.С. Выготский[9], Л.И. Божович [5], Г.А. Цукерман [64], А.К. Маркова [39], А.И. Липкина, М.В. Матюхина [40], А.М. Прихожан и др.), отмечается недостаточность теоретического материала, посвящённого такой взаимосвязи и практического инструментария, рекомендаций учителям и родителям для повышения школьной мотивации младших школьников. С учетом этого факта, данное исследование является актуальным и обладает и теоретической и практической значимостью.

Основной причиной трудности при обучении младших школьников является нарушенная учебная мотивация, у детей формируется понятие «хроническая неуспешность», которая за собой влечет ЗПР, повышенную тревожность, трудности при взаимодействии с учителем и др [7 с.43]. В случаях успеха установлена значимая корреляция между радостью по поводу успеха и отнесением его за счет способностей, а не прилагаемых усилий. Неудача на фоне значительных усилий, напротив воспринимается детьми с выраженным отрицательным аффектам, так как приводит их к выводу о недостаточных способностях.

 Захаров А. И. занимался темой половых различий переживания страхов, он считает, что девочки более склонны к переживанию тревоги и страха. По итогам массового международного исследования в 9-11 лет сглаживаются различия в переживании тревоги у девочек и мальчиков, а после 12 лет у мальчиков тревожность снижается, а у девочек возрастает [16].

 Т.Д. Ротанова горит о том, что: «интеллектуальное развитие связано с изучением природных психофизиологических основ и механизмов. В исследовании рассмотрела психофизиологические особенности нервной системы, пороги вибрационной чувствительности и абсолютного слуха; взаимосвязь нервной и второй сигнальной системы; темперамент ребёнка по сравнению с показателями школьной успеваемости и интеллекта, дифференциации когнитивных структур по «скорости квалификации» [30].. В результате данного исследования была выявлена следующая тенденция: индивиды со слабой нервной системой характеризуются более высокой школьной успеваемостью, а с сильной нервной системой более низким уровнем успеваемости [30].

 Кочубей Б. И. и Новикова В. В. Сходятся во мнении, что: «уровень тревожности резко возрастает после 11 лет, а затем продолжает повышаться до 20 лет, и постепенно снижается от 20 до 30 лет» [19, с. 17-22].

 Кочубей Б.И. и Новикова В.В. провели исследования связанные со школьной тревожностью младших школьников и выяснили, что ученики с разной успеваемостью имеют высокие показатели школьной тревожности. Можно сделать вывод о том, что ни только полученные оценки влияют на уровень школьной тревожности, но и мнение окружающих для детей 9-11 лет очень важно, им важно знать, что о них думают окружающие их люди. Ученики, которые уверены в своих личностных качествах не связанных с учебой, а так же ученики, которых не ругают родители за полученный удовлетворительные или неудовлетворительные оценки, оказались наименее подвержены высокому уровню школьной тревожности [19, с.18].

 Таким образом мы рассмотрели и описали все факторы, которые в большей или меньшей степени оказывали негативное влияние на учебную мотивацию и самооценку младших школьников вследствие чего возрастал уровень школьной тревожности. Подробнее опишем характер взаимосвязей между учебной мотиваций, самооценкой и школьной тревожностью.

 Рассмотрев проблему влияния тревожности на мотивацию учебной деятельности детей младшего школьного возраста, мы можем сделать следующие выводы:

1. Учебная мотивация – многогранное и сложное явление школьной действительности, которое требует разносторонних подходов при её изучении.

2. Мотивация в школьном обучении зависит от многих факторов психологического и педагогического порядка, одним из них служит тревожность, которая понимается как психологическое состояние повышенного беспокойства, эмоционального напряжения в ситуации возможной опасности.

3. В основе снижения учебной мотивации в школе всегда лежит комплекс причин. Среди них можно отметить: несовершенство методов преподавания, отсутствие благоприятного контакта с педагогом, страх стать лучше или хуже других учеников, несформирoванность мыслительных процессов.

4. Показатель самооценки показывает следующую взаимосвязь, дети обладающие высоким показателем школьной тревожности обладают низким типом самооценки.

5. Проявление тревожности у младших школьников обладает рядом особенностей, которые связанны со спецификой возраста: гармоничности сочетания требований двух особо значимых для ребёнка общностей: семьи и школы; недостаточный уровень физиологической и интеллектуальной зрелости.

6. Влияние тревожности на учебную мотивацию очевидна. Опять-таки характер такого влияния при определённых условиях может быть позитивным и негативным.

**7.Новизна опыта.**

 Новизна опыта заключается:

1) в комбинации методов и приёмов, которые будут способствовать снижению уровня школьной тревожности детей младшего школьного возраста.

2) в создании системы рекомендаций для учителей, педагогов-психологов и родителей направленных на снижение уровня тревожности младших школьников.

3) в рационализации и усовершенствовании условий в учебном кабинете, которые способствуют снижению уровня школьной тревожности.

**8.Характеристика условий, в которых возможно применение данного опыта.** Данный опыт могут применять в своей работе учителя начальных классов общеобразовательных учреждений всех уровней при организации системы уроков русского языка, литературного чтения, математики и окружающего мира по системе общего развития Л.В. Занкова, учебно-методическому комплексу «Школа России» под редакцией А.А. Плешакова и другим учебно-методическим комплексам. А также во внеурочной деятельности.

**II. Технология описания опыта**

**Цель педагогической деятельности:** создание рекомендаций и приемов для учителей, родителей и педагогов –психологов с целью снижения уровня тревожности младших школьников.

**Задачи:**

1. Провести анализ психолого-педагогической литературы с точки зрения имеющихся подходов к решению проблемы тревожности в младшем школьном возрасте и выработать теоретико-методологическую позицию исследования;

2. Разработать модель эмпирического исследования и организовать его проведение;

3. Изучить характер влияния уровня мотивации и типа самооценки на тревожность младших школьников.

4. Составить рекомендации педагогам и родителям по профилактике школьной тревожности.

**3. Описание содержания образования.** Опыт преподавания в начальной школе свидетельствует о том, что учебная мотивация и самооценка личности влияют на уровень тревожности в младшем школьном возрасте, а именно: низкий уровень учебной мотивации и неадекватная самооценка способствуют повышению уровня школьной и личностной тревожности младших школьников.

**Практическая значимость исследования:** состоит в разработке рекомендаций для учителей школы и педагогов- психологов с целью понижения уровня школьной тревожностей у учеников начальной школы.

 Реализация этого актуального педагогического опыта осуществляется через вовлечение учащихся, родителей и учителей к соблюдению рекомендаций и использованию приемов направленных на снижение тревожности младших школьников.

Автор разработал и опробовал **свой методический комплекс** для снижения уровня школьной тревожности младших школьников.

**Методический комплекс автора, направленный на снижение тревожности младших школьников**

Полученные нами данные о влиянии учебной мотивации и самооценки на уровень школьной тревожности детей младшего школьного возраста позволяют сформулировать рекомендации учителям, психологам и родителям по снижению уровня школьной тревожности учеников начальной школы.

 Нами было выявлено, что низкий уровень учебной мотивации и неадекватный тип самооценки повышают уровень школьной тревожности младших школьников. Возникает высокий риск возникновения таких страхов, как: страх достижения успеха, страх при общении с учителями, страх выражать свою позицию и др.

 С целью развития учебной мотивации и самооценки младших школьников, нами были разработаны рекомендации учителям, родителям и педагогам-психологам по снижению показателей школьной тревожности.

Для достижения поставленной цели предлагается решить следующие задачи:

1. Педагогам-психологам провести комплексную диагностику показателей учебной мотивации и самооценки младших школьников и показателей школьной тревожности.

2. Педагогам – психологам проанализировать диагностики, и опираясь на полученные результаты составить рекомендации для учителей и родителей. Необходимо более подробно расписать деятельность необходимую для осуществления с детьми для родителей и учителей, опираясь на изложенные требования.

3. Педагогам – психологам организовать обсуждение с учителями и родителями результаты диагностики, а также обучить учителей и родителей наиболее эффективным приемам развития учебной мотивации и самооценки детей младшего школьного возраста, так как уровень учебной мотивации и тип самооценки влияют на уровень школьной тревожности младших школьников.

4. Педагогам-психологам провести контрольную диагностику развития учебной мотивации, самооценки и показателей школьной тревожности. Оценить наличие/отсутствие динамики по показателям.

 Рекомендации для учителей, педагогов-психологов и родителей представлены в таблице 7.

**Таблица 1.**

**Рекомендации педагогам – психологам по развитию учебной мотивации и самооценки для снижения уровня школьной тревожности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование** | **Рекомендации** | **Приемы и методы** |
| 1. | Учитель | 1)  При выставлении оценки обучающимся учитель должен объективно выставлять оценку и давать к ней комментарий, чтобы ребенок видел курс своей работы. 2)  Учителю необходимо организовывать положительную атмосферу в классе, эмоциональный настрой очень важен для учеников младших классов.    3) При проведении совместной деятельности с детьми необходимо делать упор на успешность ребенка, подчеркивать его сильные стороны, особенно, если у ребенка мало сильных сторон.4) Необходимо акцентировать внимание на достоинствах детей, их недостатки обсуждать наедине, чтобы не создавать для ребенка стрессовую ситуацию.5) При работе с детьми необходимо избегать сравнение между собой, потому что сравнение вызывает повышение уровня школьной тревожности и снижение уровня учебной мотивации.6)    Необходимо обосновывать неудачи при выполнении заданий не умственными способностями, а недостаточностью прилагаемых усилий при выполнении задания.7)    Школьный урок необходимо заканчивать с обобщения общей работы класса и отдельного ученика, чтобы каждый ребенок мог оценить насколько хорошо он справился на уроке.  | 1. **Папка успехов.** Каждый ученик заводит папку с файлами, куда складываются работы школьников, которыми они гордятся.
2. **Приём «Похвала».**  Учителю вместо слова  *хорошо* следует использовать словосочетания *прекрасный ответ, отлично поработали вместе, очень точный ответ, тебя приятно слушать,* чтобы школьники знали, что конкретно он сделал правильно.
3. **Приём «Мозаика».** Дети вместо традиционных отметок получают часть картинки, которую наклеивают на лист бумаги. Постепенно собирается вся картинка, что позволяет школьникам наглядно проследить свой прогресс.
4. **Приём Контроль.**Ребёнок оценивает себя сам, а потом учитель**.**Запись в тетради можно выполнять в виде дроби.
5. **Приём «Наши звёзды».**За верное выполнение заданий школьники получают маленькие звёздочки (наклейки), которые затем можно обменять - 5 штук на одну большую звезду.
 |
| 2. | Педагог-психолог | 1. Провести комплексную диагностику показателей учебной мотивации и самооценки младших школьников и показателей школьной тревожности.2. Проанализировать диагностики, и опираясь на полученные результаты составить рекомендации для учителей и родителей. Особое внимание уделить форме оценивания учебной деятельности и тем требованиям, которые предъявляются детям учителями.3. Организовать обсуждение с учителями и родителями результаты диагностики, а также обучить учителей и родителей эффективным, рациональным, научно-обоснованным приемам оценивания учебной деятельности детей младшего школьного возраста, так как форма оценивания и предъявляемые к ним требования влияют на уровень школьной тревожности детей. 4. Провести контрольную диагностику развития показателей учебной мотивации и самооценки и показателей школьной тревожности. Оценить наличие/отсутствие динамики по показателям. | 1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Beeman N.Phillips), направленная на диагностику специфических социальных страхов, связанных со школьным обучением.
2. Методика исследования личностной тревожности ребенка (А.М. Прихожан.).
3. Методика определения школьной мотивации (А.Г. Лусканова).
4. Методика исследования самооценки ребѐнка старшего дошкольного и младшего школьного возраста (Щур В.Г.).
 |
| 3. | Родители | 1.При общении с ребенком не обсуждайте в негативном контексте, кого-то из значимых для ребенка людей. (Например, нельзя говорить ребенку: "Учитель ничего не знает! Лучше слушай маму и папу!")2. Соблюдайте стабильность своих действий. Если вы раньше разрешали ребенку вечером не чистить зубы или играть в телефон по его требованию, а сейчас резко решили перестать это делать и ограничить время на телефон, то у ребенка возникает конфликт, он не в состоянии понять, почему раньше это можно было делать, а сейчас нельзя. 3. Всегда ориентируйтесь на индивидуально-психологические возможности своего ребенка, если ему не дается учебный предмет «математика», то не требуйте от него получать одни пятерки и не наказывайте за неудовлетворительные оценки, а при успешной оценки всегда хвалите и поощряйте ребенка. 4. Стройте с ребенком доверительные отношения, старайтесь всегда принимать его таким, какой он есть..5.Когда ребенку трудно даются школьные предметы, по каким либо объективным причинам, старайтесь подобрать ему кружок по интересам, чтобы он чувствовать ситуацию успеха и не чувствовал себя ни таким, как все.  | 1.Плакат с «заклинаниями-девизами» в комнатуОчевидно, что тревожные дети внушают себе: «Я не смогу этого сделать», «Это слишком трудно», «Я никогда не сделаю правильно». 2.Ищите два плюса на каждый минус3.Декларация «Я могу»4.Рассказывайте об ошибках 5.Показывайте ценность ошибки как попытки.  |

**III. Результативность опыта**

учебная мотивация и самооценка личности влияют на уровень тревожности в младшем школьном возрасте. низкий уровень учебной мотивации и неадекватная самооценка способствуют повышению уровня школьной и личностной тревожности младших школьников, тем самым негативно влияют на учебную деятельность детей.

 2. Предположение о том, что существуют различия в уровне развития школьной тревожности между мальчиками и девочками не нашла своего подтверждения.

 3. Получены новые интересные данные о том, что существует взаимосвязь компонентов учебной мотивации, самооценки с компонентами школьной тревожности. Уровень учебной мотивации и тип самооценки непосредственно влияют на такие компоненты школьной тревожности, как – переживание социального стресса, а именно школьная фрустрация (учебная мотивация) заставляет детей чувствовать тревогу и неуверенность в своих силах из-за неудачного прошлого опыта. Так же повышенные показатели учебной мотивации и самооценки негативно влияют на страх самовыражения, страх в общении с учителями, а при обучении в учебных заведениях проявление данного страха будет влиять на всю учебную деятельность ребенка. Младших школьник не должен испытывать чувство тревоги при общении с учителями, а учитель, в свою очередь, должен создавать для обучения комфортные условия.

 4. Полученные нами данные позволили сформулировать рекомендации учителям, педагогам-психологам и родителям по развитию учебной мотивации и самооценки младших школьников путем снижения показателей школьной тревожности младших школьников.

 К данным рекомендациям можно отнести:

1. Проведение комплексной диагностики показателей учебной мотивации и самооценки младших школьников и показателей школьной тревожности.

2. Анализ диагностики, и опираясь на полученные результаты составить рекомендации для учителей и родителей. Особое внимание уделить форме оценивания учебной деятельности и тем требованиям, которые предъявляются детям учителями.

3. Организация обсуждения с учителями и родителями результаты диагностики, а также обучить учителей и родителей эффективным, рациональным, научно-обоснованным приемам оценивания учебной деятельности детей младшего школьного возраста, так как форма оценивания и предъявляемые к ним требования влияют на уровень школьной тревожности детей.

4. Проведение контрольной диагностики развития показателей учебной мотивации и самооценки и показателей школьной тревожности. Оценить наличие/отсутствие динамики по показателям.

В таблице указаны в сравнении начальная, промежуточная и завершающая диагностика учащихся по годам:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ур. Трев.ур. Мотив. | высокий | средний | низкий | итого |
| Высокий | 16 | 36 | 3 | 55 |
| Средний | 12 | 18 | 0 | 30 |
| Низкий | 6 | 2 | 6 | 14 |
| Итого | 34 | 56 | 9 | 100 |

Итак, автор создал доказательные рекомендации и приемы работы для учителей, педагогов-психологов и родителей, которые способствовали снижению уровня тревожности детей младшего школьного возраста. Цель учителем достигнута и выполнены все поставленные задачи.

**Библиографический список**

1. Адамовская, В.А. Страхи и фобии студентов и младших школьников: сравнительный аспект [Текст] / В.А. Адамовская // Векторы психологии. -2019: междунар. науч.-практ. конф. (Гомель, 27 июня 2019 г.) / отв. ред. Т.Г.Шатюг. – Гомель: Изд-во ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. – С. 53-58.
2. Адаир, Дж. Эффективная коммуникация [Текст] / Дж. Адаир. - М.: Изд-во «Эксмо», 2003. – 245 с.
3. Акопян, Л.С. Психология эмоциональных состояний и их регуляция у детей младшего школьного возраста (на материале детских страхов) [Текст]: автореф. дисс. докт. психолог. наук.: по напр. 190007 «Педагогическая психология» / Л.С. Акопян. – Самара, 2011 – 145 с.
4. Алимирзаева, Э.А. Причины возникновения страхов младших школьников [Текст] / Э.А. Алимирзаева // Вестник Социально-педагогического института. – 2020. - № 3. – С. 78 – 86.
5. Андриенко, О.А. Страхи и тревожность у детей младшего школьного возраста [Текст] / О.А. Андриенко // Гуманитарные балканские исследования. – 2019. - №2 . – С. 63-65.
6. Ананьев, Б.Г. Психология педагогической оценки. Избранные психологические труды [Текст] / Б.Г. Ананьев. – М.: Просвещение, 1998. - 224 с.
7. Архипова, Ю.И. Модель педагогических стратегий организации образовательной [Текст] / Ю.И. Архипова // Непрерывное образование в Санкт-Петербурге. – 2021. - №1- С.6-12.

Приложение:

**1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.**

***Цель*:** Изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

***Инструкция*:** «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «—» если не coгласны».

**Тестовые материалы**

**ФИО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Пол\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.**  | **Вопрос** | **Ответ** |
| **1** | Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом? |  |
| **2** | Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал? |  |
| **3** | Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель? |  |
| **4** | Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок? |  |
| **5** | Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя? |  |
| **6** | Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит? |  |
| **7** | Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания? |  |
| **8** | Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку? |  |
| **9** | Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать? |  |
| **10** | Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры? |  |
| **11** | Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал? |  |
| **12** | Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год? |  |
| **13** | Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают? |  |
| **14** | Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать? |  |
| **15** | Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты? |  |
| **16** | Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание? |  |
| **17** | Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители? |  |
| **18** | Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе? |  |
| **19** | Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, ли ты сделаешь ошибку при ответе? |  |
| **20** | Похож ли ты на своих одноклассников? |  |
| **21** | Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился? |  |
| **22** | Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь? |  |
| **23** | Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя? |  |
| **24** | Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески? |  |
| **25** | Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников? |  |
| **26** | Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают? |  |
| **27** | Боишься ли ты временами вступать в спор? |  |
| **28** | Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку? |  |
| **29** | Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться? |  |
| **30** | Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием? |  |
| **31** | Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает? |  |
| **32** | Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой? |  |
| **33** | Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание? |  |
| **34** | Часто ли ты боишься выглядеть нелепо? |  |
| **35** | Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя? |  |
| **36** | Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников? |  |
| **37** | Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие? |  |
| **38** | Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше? |  |
| **39** | Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники? |  |
| **40** | Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие? |  |
| **41** | Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?  |  |
| **42** | Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их? |  |
| **43** | Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники? |  |
| **44** | Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем? |  |
| **45** | Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение? |  |
| **46** | Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята? |  |
| **47** | Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься? |  |
| **48** | Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе? |  |
| **49** | Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше? |  |
| **50** | Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием? |  |
| **51** | Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание? |  |
| **52** | Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе? |  |
| **53** | Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним? |  |
| **54** | Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты? |  |
| **55** | Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты? |  |
| **56** | Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу? |  |
| **57** | Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо? |  |
| **58** | Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом? |  |

**Обработка и интерпретация результатов**

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58—и вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «—», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом – это проявления тревожности.

***При обработке подсчитывается***:

1. **Общее число несовпадений по всему тексту.** Если оно **больше 50%**, можно говорить о *повышенной тревожности* ребенка, если **больше 75%** от общего числа вопросов теста о *высокой тревожности*.

2. **Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности**, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется также, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Факторы*** | ***№ вопросов*** |
| **1. Общая тревожность в школе** | **2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28,46,47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 ∑=22** |
| **2. Переживание социального стресса** | **5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 ∑=11** |
| **3. Фрустрация потребности в достижении успеха**  | **1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 ∑=13** |
| **4. Страх самовыражения** | **27, 31, 34, 37, 40, 45 ∑=6** |
| **5. Страх ситуации проверки знаний** | **2, 7, 12, 16, 21, 26 ∑=6** |
| **6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих** | **3,8, 13, 17, 22 ∑=5** |
| **7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу** | **9, 14, 18, 23, 28****∑=5** |
| **8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями**  | **2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 ∑=8** |

**КЛЮЧКВОПРОСАМ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 - | 7- | 13- | 19- | 25+ | 31 - | 37- | 43+ | 49- | 55- |
| 2- | 8- | 14- | 20+ | 26- | 32- | 38+ | 44+ | 50- | 56- |
| 3- | 9- | 15- | 21- | 27- | 33- | 39+ | 45- | 51- | 57- |
| 4- | 10- | 16- | 22+ | 28- | 34- | 40- | 46- | 52- | 58- |
| 5- | 11+ | 17- | 23- | 29- | 35+ | 41+ | 47- | 53- |  |
| 6- | 12- | 18- | 24+ | 30+ | 36+ | 42 - | 48- | 54- |  |

**Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)**

1. ***Общая тревожность в школе*** — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. ***Переживания социального стресса*** — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).
3. ***Фрустрация потребности в достижении успеха*** — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.
4. ***Страх самовыражения*** — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. ***Страх ситуации проверки знаний*** — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. ***Страх несоответствовать ожиданиям окружающих*** —ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.
7. ***Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу*** —особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. ***Проблемы и страхи в отношениях с учителями*** — общий негативный эмоциональный фон отношений с взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

**2. Методика диагностики уровня личностной тревожности А.М. Прихожан**

 Шкала представляет собой опросник, выявляющий тревожность как хроническое генерализованное переживание психического или соматического напряжения, проявляющееся в усталости, раздражительности, нетерпеливости, чувстве внутренней скованности, склонности даже по незначительным поводам испытывать приступы сильного страха и беспокойства. Предназначена для детей 7 - 12 лет.

Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее коллективно. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики.

**Цель методики:** определение уровня тревожности у детей школьного (гораздо реже дошкольного) возраста.

**Содержание теста**

Шкала предназначена для определения личностной тревожности. В основу теста положен принцип получения картины о беспокоящих состояниях за счёт оценки человеком своего восприятия тех или иных жизненных ситуаций.

Структура бланка:

* сведения об испытуемом;
* инструкция по применению;
* содержание методики.

Ответ не является категоричным, а включает несколько вариантов, которые обозначают степень проявления беспокоящего состояния. Варианты ответа выражаются цифрами.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ответ | Нет | Немного | Достаточно | Значительно | Очень |
| Цифровое значение | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Инструкция** к заданию выглядит так:

Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4, – в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

* Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик «Ответ» поставь цифру 0.
* Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик «Ответ» поставь цифру 1.
* Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик «Ответ» поставь цифру 2.
* Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик «Ответ» поставь цифру 3.
* При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик «Ответ» поставь цифру 4.

Твоя задача – представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

**СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Ситуация** | **Ответ** |
| 1 | Отвечать у доски |  |
| 2 | Оказаться среди незнакомых ребят |  |
| 3 | Участвовать в соревнованиях, конкурсах, олимпиадах |  |
| 4 | Учитель смотрит по журналу, кого спросить |  |
| 5 | Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету |  |
| 6 | У тебя что-то не получается |  |
| 7 | Слышать смех за своей спиной |  |
| 8 | Выступать перед зрителями |  |
| 9 | С тобой не хотят играть |  |
| 10 | Проверяются твои способности |  |
| 11 | Не можешь справиться с домашним заданием |  |
| 12 | На тебя не обращают внимания |  |
| 13 | Ждешь родителей с родительского собрания |  |
| 14 | Тебе грозит неуспех, провал |  |
| 15 | Берешься за новое дело |  |

**Ключ:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Школьная**  | 1,4,5,11,13 |
| **Самооценочная** | 3,6,10,14,15 |
| **Межличностная**  | 2,7,8,9,12 |

**Обработка и интерпретация результатов теста**

Выделение субшкал во многом условно. Например, предложенные в ней ситуации общения можно рассматривать с позиции актуализации представлений о себе, некоторые школьные ситуации – как ситуации общения со взрослыми и т. п. Однако представленный вариант продуктивен с точки зрения задачи преодоления тревожности: он позволяет локализовать зону наибольшего напряжения и построить индивидуализированную программу работы.

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим округленной при ответе на него цифре. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом и отдельно по каждой субшкале. Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или «сырую», оценку.

Сырые баллы по видам тревожности и по общей тревожности переводятся в стены (1-10 баллов). А.М. Прихожан предлагает выделять пять уровней личностной тревожности:

1. «чрезмерного спокойствия» - 0- балла,

2. соответствующего норме – 3 -6 баллов,

3. несколько завышенного – 7-8 баллов,

4. очень высокого – 9 баллов,

5. явно завышенного -10 баллов

Высокий уровень тревожности является субъективным показателем проявления психического неблагополучия. Как отмечают исследователи, у людей с повышенным уровнем тревожности наблюдаются сходные черты характера. Они обычно беспокойны и склонны к цикличности мышления, обладают аналитическим складом ума и подвержены мучительным навязчивым страхам. В характере таких людей наблюдается стремление к полной определенности во всем и завышенные требования к себе и окружающим. Постоянное ожидание, связанное со страхом негативных событий, занимает значительное место в их сознании, и при малейшей угрозе или необычных обстоятельствах оно проявляется в бурной реакции на происходящее.

**3.Методика диагностики уровня учебной мотивации Н.Г. Лускановой.**

**Цель:** выявить отношение учащихся к школе, учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию.

**Ход проведения.** Предлагаемая анкета может быть использована при индивидуальном обследовании ребёнка, а также применяться для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления:

1. Вопросы читаются вслух, предлагаются варианты ответов, а учащиеся (ребёнок) должны написать ответы, которые им подходят.
2. Анкеты в напечатанном виде раздаются всем ученикам и учитель просит их отметить все подходящие ответы[[1]](#footnote-1).

**Инструкция для ребёнка.** Я буду задавать тебе вопросы, а ты на листе в пустых клетках отмечай подходящие тебе ответы.

Вопросы анкеты:

1. Тебе нравится в школе или не очень?

-не очень ; - нравится; - не нравится;

1. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идёшь в школу или тебе часто хочется остаться дома?

- чаще хочется остаться дома; - бывает по-разному; - иду с радостью;

1. Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, желающим можно остаться дома, ты пошёл (пошла) бы в школу или остался (осталась) бы дома?
* не знаю; - остался (осталась) бы дома; - пошёл (пошла) бы в школу;
1. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

- не нравится; - бывает по-разному; - нравится;

1. Ты хотел (а) бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?

- хотел (а) бы; - не хотел (а) бы; - не знаю;

1. Ты хотел (а) бы, чтобы в школе остались одни перемены?

- не знаю; - не хотел (а) бы; - хотел (а) бы;

1. Ты часто рассказываешь о школе родителям?

- часто; - редко; - не рассказываю;

1. Ты хотел (а) бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

- точно не знаю; - хотел (а) бы; - не хотел (а) бы;

1. У тебя в классе много друзей?

- мало; - много; - нет друзей;

1. Тебе нравятся твои одноклассники?

- нравятся; - не очень; - не нравятся.

**Оценка результатов:**

Подсчитайте количество баллов по следующему ключу и определите уровень развития мотивации.

|  |  |
| --- | --- |
| № вопроса | Оценка  |
| За первый ответ | За второй ответ  | За третий ответ |
| 1 | 1 | 3 | 0 |
| 2 | 0 | 1 | 3 |
| 3 | 1 | 0 | 3 |
| 4 | 3 | 1 | 0 |
| 5 | 0 | 3 | 1 |
| 6 | 1 | 3 | 0 |
| 7 | 3 | 1 | 0 |
| 8 | 1 | 0 | 3 |
| 9 | 1 | 3 | 0 |
| 10 | 3 | 1 | 0 |

**Уровни школьной мотивации:**

1. 25-30 баллов – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности.

Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень чётко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки ли замечания педагога.

1. 20-24 балла – хорошая школьная мотивация.

Наиболее типичный уровень для младших школьников, успешно справляющихся с учебной деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жёстких требований и норм.

1. 15-19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами.

Такие учащиеся достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает.

1. 10-14 баллов – низкая школьная мотивация.

Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьёзные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации в школе.

1. ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

Такие дети испытывают серьёзные трудности в школе: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. В других случаях ученики могут проявлять агрессивные реакции, отказываясь выполнять те или иные задания, следовать тем или иным нормам и правилам.

Результаты учащихся могут быть представлены по уровням:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Чел. | % | Чел. | % | Чел. | % | Чел. | % | Чел. | % |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**4. Методика диагностики типа самооценки В.Г. Щур**

Цель: исследование самооценки ребёнка старшего дошкольного возраста.

Возраст применения: с 5 лет.

Процедура проведения: Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и дают инструкцию.

ИНСТРУКЦИЯ:

«Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, воспитатель».

Примечание к инструкции.

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить. В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  | Способ выполнения задания | Тип самооценки |
| 1 | 2 | 3 |
| 1 | Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала». | Неадекватно завышенная самооценка. |
| 2 | После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный». | Завышенная самооценка |
| 3 | Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже. | Адекватная самооценка |
| 4 | Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала». | Заниженная самооценка |

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Для детей 7-10 лет адекватной считается самооценка, при которой ребенок несколько положительных качеств отмечает на верхней части лесенки, а одно-два качества - в середине лесенки или несколько ниже. Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку - ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

Качественный анализ методики.

1. Благоприятный вариант – если дети считают, что взрослые поставят их на одну из верхних ступенек лестницы, а сами себя ставят на одну ступеньку ниже. Такой результат свидетельствует о том, что дети, чувствуя поддержку и принятие со стороны взрослых, умеют уже достаточно реалистично посмотреть на себя.
2. Неблагоприятный вариант - дети ставят себя на ступеньках выше, чем, по их мнению, поставили бы взрослые. Такой выбор свидетельствует об осознании ребёнком неприятия со стороны взрослого и негативном противопоставлении оценке взрослого собственной оценки. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит воспитательница?» - помещение на одну из нижних ступенек нормально и может служить доказательством адекватной самооценки, особенно в том случае, если ребёнок действительно плохо себя ведёт и часто получает замечания от воспитателя.
3. Положение на любой из нижних ступенек говорит не об адекватной самооценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах.
4. Если дети ставят себя на ту же ступеньку, на которую, по их мнению, могут поставить их взрослые, то это свидетельствует: об инфантилизме (все ответы – «на верхнюю ступеньку», не может ответить на вопрос «почему?»); о «компенсирующей самооценке» (желаемое выдаётся за действительное).

Стимульный материал к методике «Лесенка» (для мальчиков

1. [↑](#footnote-ref-1)