

## **Формирование самооценки дошкольника в двигательной деятельности**

В.Н. Шебеко, канд. пед. наук, доцент

Оценка ребенком себя выражает его представления о собственном развитии. В значительной степени самооценка определяет активность личности, а вместе с тем – отношение к себе и другим. Складывается самооценка на основе опыта, который ребенок приобретает в результате функционирования своего тела, оценок социального окружения, культурных норм, эталонов поведения [5].

К 5 годам дети могут оценивать свои физические возможности, прогнозировать результаты своих действий. К 6 годам они обладают дифференцированным аналитическим восприятием движений, что ускоряет процесс формирования двигательного навыка, закрепляет интерес к движению. Если самооценка ребенка оказывается неадекватной, то и самосовершенствование в данном виде деятельности обычно задерживается.

В дошкольном возрасте при формировании самооценки одну из главных функций выполняют рефлексивные методы работы [3, 7]. С их помощью ребенок учится проявлять свои собственные размышления, оценивать свои возможности. Первая ступень, ведущая к рефлексии – переживание эмоций. Эмоциональные переживания у ребенка успешно формируются в таком виде деятельности как игра. В игре обнаруживаются уже сложившиеся у детей способы и привычки эмоционального реагирования, формируются новые качества поведения, обогащается эмоциональный опыт [2]. Особо значим в игре момент перевоплощения в игровой образ, он выступает важным условием перестройки и оптимизации эмоциональной сферы дошкольника.

В физическом воспитании игровое разрешение двигательных задач – это овладение «моторными полями», обширными корковыми зонами управления движениями [1]. Они обеспечивают не простое копирование физических упражнений, показанных педагогом, а создают в корковых проекциях свой способ решения двигательной задачи. Формирование «креативного поля» может осуществляться в условиях двигательной творческой экспрессии (инсценировки-драматизации), а также решения ребенком проблемных двигательных ситуаций и задач. Инсценировки-драматизации представляют собой одну из форм разыгрывания двигательного образа. Они строятся на простых жизненных ситуациях, сюжетах народных сказок, детских

литературных произведений. Каждый персонаж наделен в них своим характером, за ним закреплены определенные поступки, указаны условия, в которых действует. Творчество проявляется в правдивом изображении персонажа. Передача характера героя возможна с помощью средств образной выразительности (мимики, жеста, позы, походки). Использование этих средств для передачи двигательного образа требует соответствующей подготовки, выработки умений пользоваться ими. Чтобы понять, каков герой, надо научиться анализировать его поступки, оценивать их, понимать мораль произведения. Во многом это зависит от личного опыта ребенка: чем разнообразнее его впечатления об окружающей жизни, тем богаче воображение, чувства, движения. Двигательный замысел возникает двумя путями: в большинстве случаев – спонтанно, с пониманием – догадки. В других случаях – при сознательном анализе возможных путей его осуществления, когда для того, чтобы реализовать замысел – создать игровой образ, дети демонстрируют его характерные черты (неуклюжесть, медлительность, быстроту и др.). Разнохарактерность персонажей устраняет возможность подражания детей друг другу и побуждает каждого искать свои собственные движения. Создание образов с помощью движений вызывает у ребенка эмоциональное отношение к двигательной деятельности, помогает скрыть свои переживания, оценить свои физические возможности. В результате неоднократного использования одних и тех же способов выполнения движений в разных ситуациях дети приходят к их обобщению, что делает движение осознанным.

Проблемные ситуации и задачи стимулируют развитие и творческого интеллекта ребенка и его важного компонента – дивергентного мышления. Дивергентное мышление проявляется в задачах дивергентного типа, под которыми понимаются самые разнообразные по направленности проблемные, творческие задания. Главная их особенность в том, что они предполагают разные варианты решения одной и той же проблемы. Многовариативность правильных действий на одну и ту же проблемную

ситуацию, характерная для задач дивергентного типа создает благоприятные условия для реализации творческого потенциала дошкольника [8].

В двигательной деятельности задачи дивергентного типа могут иметь такое содержание:

- показ движения на предложенную тему («купаемся в реке», «заблудились в лесу», «веселимся на празднике»). Задача здесь заключалась в том, чтобы не просто активизировать ассоциативное поле, а расширить его за счет осознанного управления процессом генерирования ассоциаций.

Процесс этот тесно сопряжен с опытом и памятью ребенка;

- показ вариантов демонстрируемого движения. В основе задачи – искусственное комбинирование элементов известного движения, которые можно усовершенствовать различными элементами других случайных упражнений;

- показ противоположное движение. Основной признак – ассоциация по сходству: быстро – медленно, высоко – низко и др.;

- показ движений для необычной ситуации («волшебная страна, «Морское царство» и др.). В зависимости от выбора движений создаются образы с различной степенью фантастичности. Она усиливается при применении таких широко известных приемов, как агглютинация (соединение в одном образе любых элементов других движений, в результате чего получается причудливый образ);

- «типизация движений». Дети показывают ползающих, прыгающих животных, людей разных профессий, а затем рассказывают о своем движении, о том, какие черты они выделили.

Следовательно, игровой способ решения двигательной задачи – это работа творческого воображения, культуры движения, в которую внесена доля собственного миропонимания.

Немаловажную роль в формировании самооценки дошкольника играет деятельность, в которой существует определенная иерархия задач различной степени трудности, причем результаты их достижения (успехи и неудачи)

легко определяются самими детьми. На занятиях по физической культуре детям предлагается: создавать первоначальный образ двигательного действия, соотнести характер выполнения движения с конкретной ситуацией, рассказать о том, как будет выполняться упражнение, найти отличие и сходство в выполнении упражнения двумя детьми, сравнивать свои действия с прежними собственными результатами. Выполнение таких заданий помогает ребенку осознать свой двигательный опыт, более объективно оценить его.

Объективность и точность самооценки определяется учетом индивидуальных различий физической подготовленности детей. Особого внимания требуют дошкольники с низким уровнем физической подготовленности, для которых характерно негативное самовосприятие, низкая самооценка, безразличие к себе. Важно повысить представление таких детей о собственной значимости. Это достигается приемами включения неуверенных детей в игры с эмоционально ярким содержанием, положительной оценки их малейших достижений при выполнении физических упражнений, накопления положительного опыта общения со сверстниками в подвижных играх, обогащения опыта эмоционального переживания через положительную оценку педагогом достоинств ребенка (ловкий, быстрый, смелый, решительный, подвижный). На занятиях физической культурой неуверенные в себе дети нуждаются в замедленном показе упражнений, с указанием, на какой элемент техники необходимо обратить особое внимание, наиболее сложные упражнения им следует демонстрировать в различных плоскостях, многократно повторяя показ в процессе занятия. Эффективен прием специального обучения использованию знаний в действиях, где каждый ребенок в речи выражает все то, что выполняет практически. Этот прием побуждает к предварительному обдумыванию действий, контролю над ним. Одновременно он позволяет принимать своевременные меры к устранению ошибок, что делает процесс формирования двигательного навыка управляемым. В результате такого обучения меняется характер проявляемой

активности ребенка. У бывших пессимистов исчезает скованность, проявляется вера в свои силы, способности.

Развитие самооценки тесно связано с развитием интеллекта ребенка, его высших психических функций: мышления, памяти, внимания, восприятия.

Развитие мышления на занятиях физическими упражнениями осуществляется в направлении включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды двигательной деятельности дошкольников. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификация, обобщение насыщают каждую форму работы по физическому воспитанию. Двигательное действие сочетается с развивающими играми, заданиями и упражнениями. Так, операция сравнения имеет место при выполнении упражнения взрослым и ребенком, детьми разного уровня физической подготовленности. Ребенок находит признаки сходства и различия в выполнении движения, обобщает понятие "техника движения". Операции сериации способствуют "интеллектуальные игры". Ребенок набирает команду игроков и выстраивает их по росту; выполняя игровое задание в подвижной игре, сортирует предметы по размеру; подбирает спортивный инвентарь для спортивных игр, расставляет его в соответствии со схематическим изображением. Операция классификации и обобщения сопровождает анализ физического упражнения. Вначале дети учатся рассказывать о технике движения, изображенного на схеме, а затем называют ошибки в его выполнении. Понятие "техника движения" обобщается. Среди основных методов развития памяти – использование образа как средства развития произвольной памяти. Ребенок запоминает образ предмета раньше, чем обозначающее предмет слово. Поэтому при объяснении игр и эстафет необходимо показать, что и как нужно делать. Слово является для ребенка дополнением к увиденному. Во время разучивания упражнений детям объясняется, что каждое из них может напоминать действие того или иного предмета, явления, существующего в окружающем мире. В своем сознании ребенок создает образы разной степени

сложности, основанные на ассоциациях и эмоциональных впечатлениях. Они помогают впоследствии припомнить информацию объекта, который невозможно удержать в кратковременной памяти.

Работа по развитию внимания строится на двигательных заданиях, вызывающих у ребенка интерес к упражнению. Внимание и интерес неразделимы. Можно использовать разнообразные формы развития движений с целью создания хорошего эмоционального фона, желания детей заниматься по собственному побуждению. Постепенно вводятся упражнения, развивающие произвольное внимание и требующие волевых усилий для их выполнения. Способность к концентрации внимания развивается с помощью произвольного сосредоточения на зрительных и слуховых впечатлениях. Перед показом упражнения детям нужно указать, за чем им следует наблюдать, предложить заменить как можно больше деталей в технике выполнения упражнения. Это переводит внимание детей с крупных деталей на мелкие. Постепенно следует переходить к концентрации внимания на звуковых сигналах (удары в бубен, музыкальные звуки и т.п.). Под удары в бубен дети маршируют, под хлопки в ладоши продвигаются прыжками на двух ногах.

Попутно с концентрацией внимания тренируется способность к его переключению. Выполняя ходьбу по скамейке, ребенок перемещает фокус своего внимания на мяч, который следует перешагнуть, подлезая под веревку, стремится не задеть подвешенный на ней колокольчик. Такие упражнения требуют постоянных вариаций, поэтому условия их проведения на каждом занятии меняются. Развитию функций внимания способствует также тренировка помехоустойчивости. Детям предлагается выполнить какое-либо действие и одновременно вводится помеха, мешающая выполнению. Так, в игре "Наоборот" педагог показывает упражнения, которые должны повторить дети, но сделать все наоборот (наклон влево – наклон вправо, руки вверх – руки вниз и т.д.). Задания со сбивающим

фактором требуют развития достаточно высокого уровня произвольного внимания.

При создании программ развития восприятия учитываются особенности ориентировки детей в пространстве. Первоначальные представления о направлениях пространства связаны с собственным телом ребенка. Оно является для него точкой отсчета, по отношению к которой и определяется направление. Постепенно дети начинают выделять отношения между предметами. Большое значение в образовании представлений о пространстве имеют подвижные и спортивные игры. Они учат дошкольников определенным образом располагаться на игровой площадке, помогать выделять и фиксировать тот или иной вид пространственных отношений.

Включение в образовательный процесс упражнений и игровых заданий, способствующих развитию познавательных процессов, перестраивает моторику ребенка, обеспечивает быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать двигательные решения и действовать в условиях меняющейся окружающей среды.

В старшем дошкольном возрасте, на основе самооценки возникает саморегуляция собственной деятельности (контроль над своим поведением). Наиболее успешно самоконтроль развивается в ситуации взаимоконтроля дошкольниками друг друга. При взаимопроверке, когда дети меняются функциями «исполнителя» и «контролера», у них повышается требовательность к своей деятельности, желание выполнить ее лучше, стремление сравнить ее с деятельностью других. То есть, ситуация самоконтроля дает стимул для освоения самоконтроля, который требует умения соотносить выполняемую деятельность с правилом.

На занятиях физическими упражнениями следует придерживаться следующих требований: использовать игры и упражнения, требующие, усложнений в их выполнении; включать выполнение упражнений в парах, тройках; создавать ситуации планирования ребенком своей деятельности.

Направленность дошкольника на собственные внутренние и внешние действия рождает способность управления собой, самооценивания себя.

Основными способами формирования самоконтроля выступают: акцентированный показ двигательного действия с выделением ведущих элементов движения и контрольных точек самоконтроля; широкое использование наглядных средств обучения (рисунки, схемы); исполнение вариативных действий по образцу; обсуждение способов выполнения двигательного действия; восприятие двигательного действия в медленном темпе; выполнение двигательного действия с проговариванием ведущих элементов.

При выполнении физических упражнений ориентирующую и стимулирующую функцию выполняет педагогическая оценка, которая дается детям с учетом сравнения сегодняшних успехов в области двигательной деятельности с прежними достижениями. Негативная оценка проявленных двигательных способностей не переносится на общую оценку личности («ты плохой»).

В организованном обучении взрослый не должен ограничивать инициативу и самостоятельность детей. Даже на целенаправленных обучающих занятиях более значимым является не прямое, а косвенное обучение. При косвенном обучении педагог намеренно приглушает свою субъектность в пользу ребенка. Прямое обучение также может быть вполне эффективным, однако, в подтверждение установок личностно ориентированного подхода, инициатива и свобода самоопределения ребенка при этом не должны страдать. Важно, чтобы и при прямом обучении ребенок оставался субъектом собственных действий. Это является залогом успешного формирования его объективной самооценки.

## Литература

1. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность / Н.А.Бернштейн; под ред. О.Г.Газенко. – М.: Наука, 1990. – 494 с.



2. Колидзей Э.А. Личностно-ориентированное физическое развитие ребенка: учебное пособие / Э.А.Колидзей. - М.: Московский психолого-социальный институт. - 2006. - 464 с.

3. Лескова, Г.П. Осознание детьми 6-7 лет характера и качества своих движений в процессе обучения прыжкам / Г.П. Лескова // Дошкольная педагогика: уч. зап. ЛГПИ им. А.И. Герцена.– Л., 1967.– Т. 319.– С. 70-88.

4. Лисина, М.И. Психология самосознания у дошкольников / М.И. Лисина, А.И. Силвестру. – Кишинев, 1983. – 110 с.

5. Морозова, И.С. Формирование интеллектуального потенциала детей дошкольного возраста в процессе физкультурной деятельности / И.С.Морозова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 2. –С. 19-21.

6. Петрушина, Г.А. Формирование самооценки двигательных действий дошкольников в процессе физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г.А. Петрушина.– Тула, 1999.– 171 с.

7. Поддьяков, Н.Н. Проблемы психического развития ребенка / Н.Н.Поддьяков // Дошкольное воспитание.– 2001.– № 9.– С. 68-75.