

*Басова Анна Ивановна*

*Государственное бюджетное образовательное  
учреждение города Москвы специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа-интернат VIII вида № 79*

## САМООЦЕНКА ЛИЧНОСТИ

**Цель:** повышение самооценки через осознание собственной ценности и уникальности.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- осознание индивидуальных особенностей;
- осмысление собственной модели поведения;
- укрепление идентичности;
- повышение уверенности в себе;

#### **Коррекционно-развивающие:**

- развивать интерес к себе;
- корригировать и развивать внимание, память, мышление, воображение;

#### **Воспитательные:**

- воспитывать уважение друг к другу;
- воспитывать у учащихся импатию;



- сплачивать группу;

### **Здоровьесберегающие:**

- создание в группе психологической атмосферы, близости и доверия;

- планировать объем материала на занятии с учетом повышенной утомляемости детей;

**Необходимые материалы:** стулья по количеству учащихся, два листа формата А4 на каждого участника, карандаши, краски, мяч, мультимедийное оборудование, коллаж «лес»- формат ватман.

### **Пояснительная записка.**

Занятие рассчитано на учащихся коррекционной школы VIII вида. Данное коррекционно-развивающее занятие составлено для подростков, которым характерен низкий уровень самооценки. Самооценка-оценка личности самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, являющаяся важным регулятором поведения. Формирование правильной самооценки-важнейшая задача в воспитании и самовоспитании. Большую роль в самооценке играет собственный опыт личности и усваиваемый ею общественный, коллективный опыт.

В занятие основным методом в работе с детьми, имеющими заниженную самооценку, была избрана – сказкотерапия, как процесс подбора каждому ребенку своей особенной ситуации. Сказкотерапия это процесс образования связей между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность.

**Цель коррекционно-развивающего занятия** повышение самооценки через осознание собственной ценности и уникальности.



**Задачи:** осознание индивидуальных особенностей, осмысление собственной модели поведения, укрепление идентичности, повышение уверенности в себе, развивать интерес к себе, корригировать и развивать внимание, память, мышление, воображение, воспитывать уважение друг к другу, воспитывать у учащихся импатию, спланировать группу.

Занятие направлено на коррекцию и развитие психических функций учащихся, и личностное развитие ребенка. На раскрытие у учащихся потенциальных творческих возможностей. Занятие составлено с учетом интересов, психолого-возрастных и умственных способностей детей, поэтому на занятии используются мультимедийная презентация, звуковая запись сказки и игровые ситуации.

Длительность занятия составляет 60 минут. Занятия проводится в уже сформированной группе. Сказка разделена на четыре части с использованием презентаций и звукового оформления. После каждой части сказки проводится обсуждение этого эпизода в игровой форме.

Использование метода сказкотерапии развивает у детей способность дифференцировать личностные качества собственной личности и сверстников. Начинают развиваться способности к сотрудничеству в играх и учебе.

Занятие реализуется педагогом-психологом.

Ход занятия:

Этапы и виды работы на этапе	Деятельность педагога	Деятельность учащихся	Какие задачи решались в ходе выполнения заданий
Оргмомент.	Приветствие учащихся.	Учащиеся приветствуют педагога.	Настрой учащихся на урок.
Мозговой штурм.	Составление правил группы.	Учащиеся вспоминают правила группы,	Коррекция внимания.

		Читают с экрана.	
Разминка.	<b>Игра «Имя».</b> Педагог предлагает каждому участнику назвать свое имя и произнести два прилагательных, начинающихся на первую букву имени, например: Наталья - надежная, настойчивая.	Учащиеся слушают инструкцию к игре. Играют.	Воспитать интерес к себе и своему имени. Развитие внимание и мышления.
Подготовка к изучению нового материала.  Обсуждение.	<b>Игра «Лист бумаги».</b> Каждый участник получает лист бумаги и молча, не глядя на других, выполняет следующие действия под инструкцию педагога: - складывает листок вдвое, отрывает правый верхний угол; - снова складывает листок вдвое, отрывает правый верхний угол; - в третий раз проделывает то же самое; - и в последний, четвертый раз складывает вдвое листок и отрывает правый верхний угол.  - Ребята, обратите внимание на то, что, хотя все выполняли упражнение по одной инструкции, листки получились разные. Так и люди – не похожи друг на друга, каждый имеет свою индивидуальность.	Учащиеся выполняют задания. Затем каждый разворачивает листок и демонстрирует то, что у него получилось.  Обсуждают, что у них получилась - одинаковые или разные.	Осознание своих индивидуальных особенностей. Развитие моторики. Умение выполнять действия по инструкции. Корректировать и развивать внимание, память, мышление.
Изучение нового материала.	<b>Введение в сказку.</b> - Сегодня вы познакомитесь с историей про Осину, которая очень хотела измениться, стать другой, и узнаете, что у нее из этого получилось.  Однажды Осина захотела стать Березой . Уж очень у той все хорошо складывалось: и растет в удачном месте, и деревья рядом благородные стоят, и солнце ласково светит, и сережками красивыми увешана. А что Осина? Растет в темном и сыром лесу. Солнышко к ней совсем	Учащиеся слушают рассказ педагога. Смотрят слайды.	Познакомить учащихся со сказкой. Корректировать и Развивать слуховую память, внимания, ассоциативное мышление.



	<p>редко заглядывает, а люди и вовсе почему-то стороной обходят . Не уважают, что ли? И начала Осина меняться. И станет, как Береза, и веточки расправит, и по сторонам посмотрит, и все ждет, когда у нее сережки появятся. Так старалась Осина, так старалась! Даже слух по лесу пошел: «Смотрите, Осина меняется . Как интересно!»</p> <p><b>Игра «Какой я есть и каким я хочу быть?».</b> Выполняется пантомимически. Ребята получают карточки с вопросами: Какой я есть? Каким я хочу быть?. Необходимо дать три ответа на каждый вопрос письменно, и продемонстрировать пантомимически. Обсуждение: - Что вы почувствовали, когда входили в образ скульптуры – реальной и желаемой? - Какие различия вы заметили между «Я – реальным » и «Я - желаемый» у себя и у другого? -Были ли моменты, которые вас удивили? -Есть ли в вашей жизни человек, на которого вы хотели бы быть похожи? Чем он вас привлекает?</p> <p><b>Продолжение сказки.</b> Итак, Осина начала меняться, но со временем что-то ей совсем плохо стало. Даже ствол болеть начал, а веточки вовсе опустились . Загрустила Осина: хотела как лучше, а получилось только хуже. Опечалилась она, даже всхлипнула, но вдруг услышала: - Не печалься, милое деревце! Посмотрела Осина по сторонам и увидела Солнечный Лучик. Он ласково смотрел на нее и почему-то улыбался. -Это я – милая?- продолжая</p>	<p>Учащиеся выполняют задания на карточках, а потом демонстрируют пантомимически.</p> <p>Учащиеся отвечают на вопросы.</p> <p>Учащиеся слушают рассказ педагога. Смотрят слайды.</p>	<p>Осознание своих индивидуальных особенностей. Осмысление собственной модели поведения. Корректировать и развивать воображения. Укрепление идентичности. Корректировать и развивать связную устную речь.</p> <p>Продолжать знакомить учащихся со сказкой. Корректировать и Развивать слуховую память, внимания, ассоциативное мышление.</p>
--	---	--	--



	<p>всхлипывать, спросила Осина.- Да от меня все отворачиваются. Неужели я такая страшная?  - Ты милая и славная, - сказал Солнечный Лучик, согревая ее. – И заметь, я от тебя не отворачиваюсь, ты мне нравишься.  - Нравлюсь? – удивилась Осина. – А за что?  - За то, что ты есть, за то, что растешь несмотря на суровые условия, в которых живешь, за то, что другим помогаешь, - ответил Лучик.  - Кому же я помогаю? – еще больше удивилась Осина.  - Вон тем грибам, что растут рядом,- произнес Лучик. – Ты же для них почву подготавливаешь, защищаешь от проливного дождя и палящего солнца. Они ведь так и называются – подосиновики. Неужели забыла?  - Да, - согласилась Осина, - я совсем забыла о них, пока изменяла себя.</p> <p><b>Игра « Я знаю, что ты умеешь».</b>  - Сейчас я предлагаю вам напомнить друг другу о своих положительных качествах. Для этого, один из вас возьмет мячик, и напомнит выбранному из группы, назвав его по имени, о том, что у того очень хорошо получается.  Например: « Иван, я знаю, что ты умеешь сохранять спокойствие в трудных ситуациях».  Тот, кто получит мячик, должен ответить: « Да, я умею.... а еще у меня хорошо получается.....» - и называет две вещи, которые он умеет делать.</p> <p><b>Продолжение сказки.</b>  Осина сказала:  - Я совсем забыла о тех, о ком заботилась, пока себя изменяла.</p>	<p>Учащиеся выполняют задания.</p> <p>Учащиеся слушают рассказ педагога. Смотрят слайды.</p>	<p>Развитие интереса к себе. Повышение уверенности в себе. Сплочение коллектива.</p> <p>Продолжать знакомить учащихся со сказкой. Корректировать и развивать слуховую память, внимания, ассоциативное</p>
--	--	--	---



	<p>- ты не себя, ты себе изменяла, - уточнил Лучик. – Так старалась, что даже заболела. А всего-то надо было просто быть собой.</p> <p>- Быть собой? А другие, что скажут они? – волнуясь, спросила Осина.</p> <p>- Что скажут другие? – переспросил Лучик. – Не знаю. Всем ведь не угодишь, да и не нужно это. А кому ты понадобишься – сами к тебе придут. Кто за грибами, кто за веточками, а кто-то просто захочет рядом постоять, энергию почувствовать.</p> <p>- Наверное, ты прав, Лучик, - впервые за долгое время улыбнулась Осина и выпрямилась. – Спасибо тебе за участие, теплоту и доброту. Я все поняла. Увидимся завтра?</p> <p>- Увидимся, - улыбнулся Лучик и поднялся в высокое небо.</p> <p>- До свидания, - сказала Осина и помахала ему вслед своими зелеными листиками.</p> <p><b>Игра «Развитие».</b></p> <p>- Ребята, закройте глаза, и представьте себе, что вы находитесь в лесу, где растут разные деревья, вы одно из них. Нарисуйте это дерево.</p> <p>После завершения педагог предлагает вывесить все рисунки на общий коллаж.</p> <p><b>Окончание сказки</b></p> <p>Наутро, проснувшись, Осина внимательно посмотрела по сторонам и с удивлением сделала свое первое открытие: « Как же здесь светло! Значит, так сыро мне было от собственных слез, а пасмурно – от грустных мыслей?» И, вздохнув, она еще внимательнее посмотрела вокруг. « Вот это да! Все деревья разные,</p>	<p>Учащиеся выполняют задание, рисуют деревья.</p> <p>Учащиеся слушают рассказ педагога. Смотрят слайды.</p>	<p>мышление.</p> <p>Развитие интереса к себе. Повышение уверенности в себе. Сплочение коллектива.</p> <p>Продолжать знакомить учащихся со сказкой. Корректировать и развивать слуховую память, внимания, ассоциативное мышление.</p>
--	---	--	--



	<p>не похожие друг на друга, и каждое по – своему интересно! – сделала она свое второе открытие. – И Береза – дерево как дерево, не лучше и не хуже других».</p> <p>Удивленная открытиями, Осина задумалась и вдруг поняла: как же хорошо быть собой!</p> <p>Она выпрямилась, встряхнула веточками и улыбнулась навстречу новому дню.</p> <p>- здравствуй, милая, - сказал появившийся Солнечный Лучик и заиграл в яркой зеленой листве.</p>		
Итог занятия.	<p><b>Обсуждение истории.</b></p> <p>-Почему Осина захотела стать Березой?</p> <p>- Почему у нее это не получилось?</p> <p>- Что хорошее увидел в Осине Солнечный Лучик?</p> <p>- Чему он ее научил?</p> <p>- Какие ценные качества были у Осины? Какие ценные качества есть у вас?</p> <p>- Почему так важно быть собой?</p> <p>- Есть ли у вас отдельные черты характера, которые вы хотели бы улучшить?</p> <p>-Какие открытия сделала Осина?</p> <p>-Какой вывод можно сделать из этой истории?</p>	Учащиеся отвечают на вопросы.	Учить анализировать информацию. Корректировать и развивать устную связную речь.
Завершение занятия.	<p><b>Игра «Спасибо, что ты есть».</b></p> <p>Задача участников: при прощании каждый участник группы, должен сказать «Спасибо, что ты есть» назвав по имени. При желании участники могут пожать друг другу руки или обняться.</p>	Учащиеся выполняют задание.	Укрепление идентичности. Повышение уверенности в себе. Сплочение коллектива.

