

«ВЛИЯНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК НА РАЗВИТИЕ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Рахимова Самира Абдухалимовна
старший преподаватель кафедры
дошкольного образования филиала
РГПУ им. А. И. Герцена в г.Ташкенте

Расулова Дилбар Дильшадовна
студентка 4 курса филиала РГПУ им.
А. И. Герцена в г.Ташкенте
направление Дошкольное образование

Аннотация

В статье рассматривается проблема взаимосвязи формирования полезных привычек и развития самооценки у детей дошкольного возраста. Подчеркивается значимость дошкольного периода как этапа закладывания устойчивых форм поведения и становления позитивного образа «Я». Раскрываются основные группы полезных привычек (гигиенические, трудовые, культурно-социальные и режимные) и их влияние на формирование самостоятельности, ответственности и уверенности в собственных возможностях ребёнка. Особое внимание уделяется роли семьи и педагогов в организации воспитательного процесса. Делается вывод о том, что целенаправленное формирование полезных привычек способствует развитию адекватной и позитивной самооценки, обеспечивая успешную социализацию дошкольника.

Ключевые слова: дошкольный возраст, полезные привычки, самооценка, личностное развитие, воспитание, социализация, самостоятельность

Введение

Формирование личности ребёнка дошкольного возраста представляет собой сложный и многоплановый процесс, в котором особое значение имеют полезные привычки и адекватная самооценка. На данном этапе развития ребёнок активно усваивает социальные нормы, правила поведения, получает первые представления о самом себе и своём месте в коллективе. Полезные привычки — это устойчивые формы поведения, способствующие гармоничному развитию ребёнка, его физическому и психическому здоровью, социальной адаптации. Одновременно в дошкольном возрасте закладывается фундамент самооценки, определяющий будущую успешность ребёнка в учебной и социальной деятельности [1].

Актуальность рассматриваемой проблемы обусловлена тем, что недостаток внимания к формированию полезных привычек и развитию самооценки ведёт к трудностям в школьной адаптации, неуверенности ребёнка в себе и социальной дезадаптации.

Цель статьи — выявить взаимосвязь между формированием полезных привычек и развитием самооценки у детей дошкольного возраста.

Полезные привычки — это закреплённые в поведении ребёнка действия, направленные на сохранение здоровья, укрепление дисциплины, формирование положительных социальных навыков. К их числу относят:

- **гигиенические привычки** (умывание, чистка зубов, соблюдение опрятности);
- **трудовые привычки** (уборка игрушек, помощь взрослым, аккуратность в занятиях);
- **культурно-социальные привычки** (вежливость, умение здороваться, благодарить, делиться);
- **режимные привычки** (соблюдение режима сна и питания).

Исследователи отмечают, что устойчивые привычки формируются в дошкольном возрасте через многократное повторение действий, подкреплённых положительной оценкой со стороны взрослого [2]. Важно, чтобы родители и педагоги выступали единым воспитательным центром, последовательно закрепляя у ребёнка положительные образцы поведения.

Полезные привычки обеспечивают ребёнку чувство предсказуемости и стабильности, что создаёт условия для психологического комфорта и уверенности в собственных силах.

Самооценка представляет собой оценку ребёнком собственных качеств, способностей и возможностей. В дошкольном возрасте она находится на стадии становления и носит преимущественно эмоциональный характер [3].

Особенности самооценки дошкольника:

- высокая зависимость от мнения взрослых;
- нестабильность (от переоценки собственных возможностей до занижения значимости себя);
- ориентация на успех в деятельности и одобрение со стороны значимых людей.

Адекватная самооценка играет ключевую роль в формировании уверенности ребёнка в себе, в развитии его социальных контактов и готовности к обучению в школе. Нарушения в её становлении могут проявляться в тревожности, агрессивности, замкнутости или чрезмерной самоуверенности.

Формирование полезных привычек оказывает прямое влияние на развитие самооценки. Каждое успешно освоенное действие (самостоятельное умывание,

помощь взрослым, аккуратное выполнение задания) сопровождается положительной обратной связью от родителей и педагогов. Это становится важным источником формирования у ребёнка положительного образа «Я».

Полезные привычки не возникают у ребёнка самостоятельно, они являются результатом длительного воспитательного воздействия, целенаправленного обучения и воспитания. Их формирование связано с развитием волевых качеств, так как именно воля обеспечивает способность ребёнка преодолевать импульсивные желания и действовать в соответствии с нормами, предъявляемыми взрослыми. Психологи отмечают, что в дошкольном возрасте формируются такие важные качества, как самоконтроль, дисциплинированность и организованность, которые во многом опираются на наличие устойчивых привычек [2].

Не менее важным фактором является эмоциональная составляющая. Если привычка формируется в атмосфере доверия, поддержки и позитивного подкрепления, то ребёнок начинает воспринимать её как естественную часть своей повседневной жизни. В противном случае (например, при чрезмерной строгости, наказаниях или навязывании) формируется негативное отношение, что может привести к сопротивлению и даже снижению самооценки. Таким образом, эмоциональный климат в семье и детском саду играет ключевую роль в закреплении привычек и их влиянии на личность ребёнка.

Кроме того, полезные привычки тесно связаны с развитием мотивационной сферы дошкольника. Выполняя привычные действия, ребёнок ориентируется не только на внешнее одобрение, но и на внутренние мотивы, такие как желание быть «как взрослый», стремление заслужить признание сверстников, чувство гордости за свои достижения [3]. Всё это делает процесс формирования привычек важным звеном в становлении личности ребёнка.

Полезные привычки выступают своеобразным «инструментом» для укрепления внутреннего мира ребёнка. Каждая привычка — это маленькая победа над собственными трудностями, что способствует формированию чувства компетентности. Например, ребёнок, который научился самостоятельно застёгивать пуговицы, получает не только практический навык, но и эмоциональное удовлетворение от того, что он «уже взрослый» и «умеет сам». Подобные успехи напрямую связаны с укреплением адекватной самооценки.

Важно подчеркнуть, что полезные привычки выполняют социально-ориентирующую функцию. Освоив культурно-социальные привычки (например, здороваться, благодарить, делиться игрушками), ребёнок начинает ощущать себя частью группы сверстников, получает признание и одобрение, что является мощным фактором позитивного отношения к самому себе [4].

Кроме того, привычки помогают ребёнку справляться с новыми жизненными ситуациями. Регулярное выполнение знакомых действий снижает уровень тревожности, создаёт ощущение стабильности и уверенности в завтрашнем дне. Это особенно важно для дошкольников, которые только начинают осваивать правила жизни в социуме. Таким образом, формирование привычек является не только средством воспитания дисциплины, но и мощным ресурсом развития психологической устойчивости и самопринятия.

Полезные привычки способствуют:

1. **Развитию самостоятельности.** Умение выполнять простые действия без помощи взрослого повышает уверенность ребёнка в своих силах.
2. **Формированию ответственности.** Систематическое выполнение обязанностей формирует чувство значимости собственного вклада в общую деятельность.
3. **Укреплению позитивного отношения к себе.** Одобрение со стороны взрослых и сверстников становится основой адекватной самооценки.

Таблица 1. Влияние полезных привычек на развитие самооценки дошкольников

Вид полезных привычек	Конкретные проявления	Влияние на самооценку
Гигиенические	Самостоятельное умывание, опрятность	Повышение уверенности в собственной самостоятельности
Трудовые	Уборка игрушек, помощь взрослым	Формирование чувства значимости и полезности
Культурные	Вежливое обращение, умение делиться	Укрепление положительного отношения со сверстниками
Режимные	Соблюдение режима сна и питания	Осознание собственных возможностей соблюдать правила

Таким образом, полезные привычки и самооценка дошкольника находятся в тесной взаимосвязи. Систематическое формирование устойчивых форм поведения в дошкольном возрасте способствует не только укреплению физического и психического здоровья ребёнка, но и становлению его позитивной, адекватной самооценки.

Педагогам и родителям важно уделять внимание одновременному воспитанию полезных привычек и поддержанию у ребёнка уверенности в собственных возможностях. Гармоничное сочетание этих двух направлений воспитательной работы обеспечивает успешную социализацию дошкольника и создаёт прочный фундамент для дальнейшего развития личности.

Список литературы

1. Выготский Л. С. Психология развития ребёнка. — М.: Смысл, 2004.
2. Запорожец А. В. Развитие произвольных движений. — М.: Педагогика, 1986.
3. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1968.
4. Эльконин Д. Б. Психология игры. — М.: Педагогика, 1978.
5. Мухина В. С. Детская психология. — М.: Академия, 2000.