

## Уровень школьной тревожности учащихся 5 «в» класса. Сентябрь 2017 г.

Из общего числа опрошенных детей, (это 18 человек) 1 ребенок не подвержен страхам и тревожности. Все показатели в пределах нормы. 7 детей подвержены повышенной тревожности и 10 детей имеют высокий порог тревожности.

Суммарный показатель общего уровня тревожности в классе составляет 55 %, это говорит о том, что в среднем по классу общий уровень тревожности чуть превышает норму.

Повышение тревожности по отдельным показателям:

**Общее негативное эмоциональное состояние, связанное с различными формами его включения в жизнь школы, отмечается у 60% учащихся. (2 место).**

2. Переживание социального стресса (эмоциональное состояние ребёнка, на фоне которого развиваются его социальные контакты, прежде всего со сверстниками) отмечается у 43% учащихся.

3. Неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребёнку развивать свои потребности в успехе у 22% учащихся.

Страх самовыражения отмечается у 44 %.

**.Страх ситуации проверки знаний отмечается у 60% (2 место).**

**.Страх не соответствовать ожиданиям окружающих отмечается у 54% 3 место).**

**Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребёнка к ситуациям стрессогенного характера, отмечается 72% учащихся (1 место).**

Проблемы и страхи в отношениях с учителями отмечаются у 38 % учащихся

Анализируя результат данного исследования, можно заметить, что фактором высокой тревожности у небольшого количества учащихся оказались следующие проблемы: **Страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх с различными формами включения в жизнь школы и страх не соответствовать ожиданиям окружающих.** Таким образом, дети, с высоким уровнем тревожности находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В работе с данными учащимися необходимо учитывать данные особенности учеников, с целью снижения и нормализации уровня общей школьной тревожности, повышения школьной мотивации, обеспечения личностного развития, улучшения успеваемости, психологического климата в классном коллективе.

Зачастую родители или педагоги сами того не осознавая, формируют нежелание ребенка к учебе и школе. Необходимо проанализировать своё поведение, с педагогическими установками. Бездействие может привести к неблагоприятным последствиям- школа станет тяжким бременем на хрупких

плечиках ребенка. Необходимо учитывать не только учебные достижения ученика, но и его здоровье, семейные трудности, условия быта и другие объективные факторы, влияющие на формирование личности ребенка. Отслеживание хода развития процессов обучения и воспитания. Наблюдать за процессом социализации ребенка в коллектив. Конечно же на родительском собрании необходимо представить новых учителей, способствовать установлению контакта родителей с ними.

### **Рекомендации учителям - предметникам**

- Учитывайте трудности адаптационного периода, возрастные особенности пятиклассников в выборе терминологии, подборе методических приемов
- Не перегружайте учеников излишними по объему домашними заданиями, дозируйте их с учетом уровня подготовки ученика, гигиенических требований возраста.
- Следите за темпом урока — высокий темп мешает многим детям усваивать материал.
- Никогда не используйте оценку как средство наказания ученика. Оценка достижений должна быть ориентацией на успех, способствовать развитию мотивации к учению, а не ее снижению.
- Замечайте положительную динамику в развитии каждого отдельного ученика (нельзя сравнивать «Машу с Петей», можно — «Петю вчерашнего и сегодняшнего»).
- Постоянно анализируйте все плюсы и минусы в своей работе.
- Разнообразьте методику работы в группах, в парах, индивидуально.
- Не создавайте психотравмирующих ситуаций при выставлении оценок за контрольные работы, за четверть и т. д., выставляйте оценки не формально, а с учетом личностных особенностей и достижений каждого ученика.
- Наряду с оценкой чаще используйте положительные оценочные суждения («молодец, хороший ответ, справился» и т. д.).
- Используйте систему поощрений, а именно: фотографии лучших учеников, грамоты, благодарности родителям (письменные, устные), положительные записи в дневнике. Поддерживайте контакт с классным руководителем, узнавайте о проблемах ребенка, его здоровье, семейных отношениях.
- Помните, идя в класс к пятиклассникам, Вы идёте на урок к детям.
- Объясняя новый материал, не торопитесь, повторите лишний раз.
- Создавайте ситуации успеха на уроках, чтобы дети не боялись у Вас отвечать и поверили в себя и свои силы.
- Будьте с детьми вежливыми.
- Корите ребёнка за реально совершённый в данный момент проступок, не вспоминая былое и не давая негативного прогноза на будущее.

- Вызывайте к доске по именам и только в хорошем расположении духа.
- Не используйте вызов к доске или письменную проверку знаний как средство поддержания дисциплины.
- Успокойте ребёнка перед проверкой знаний, обнадежьте его на хороший результат.
- Вызывая к доске сначала проговорите задание, а потом вызывайте ребёнка, чтобы у него в голове появился план ответа. Дайте время сосредоточиться на ответе и успокоиться. Вызвав ребёнка к доске дайте, ему высказаться, не сбивайте его замечаниями, не имеющими отношения к объясняемому материалу.
- Вызвав ребёнка к доске и дав ему, задание для выполнения — отойдите, не «стойте над душой», не смущайте ребёнка своей непосредственной близостью к нему.
- Пресекайте попытки других детей посмеяться над неудачным ответом одноклассника.
- Сообщать заранее критерии оценки качества знаний по вашему предмету, (в начале урока, а не после ответа у доски).

Деток, которые имеют сверх тревожности, рекомендую направить ко мне для занятий по снижению стресса

Педагог-психолог: Бурькина Я. Ю.