



*Школьной тревожности у подростков  
школьного возраста (3-4 классы)*

Выполнила: социальный  
педагог МБОУ СОШ № 1  
Дмитриева А.В.

# *Актуальность выбранной темы*



*Актуальность  
исследования  
обусловлена  
необходимостью  
изучения школьной  
тревожности, ее  
природы и взаимосвязи  
с когнитивными и  
личностными  
особенностями  
младших школьников.*

***Объект:***

деятельность  
социального педагога  
по профилактике  
школьной  
тревожности у  
подростков.

***Предмет  
исследования:***

методы и средства,  
используемые  
социальным педагогом  
для профилактики  
школьной тревожности  
у подростков младшего  
школьного возраста.

## Цель исследования



Теоретически обосновать и разработать рекомендации по профилактике тревожности у подростков младшего школьного возраста.

## **Задачи исследования:**

1. Изучить особенности проявления школьной тревожности у учащихся.
2. Раскрыть теоретические основы исследования проблем школьной тревожности в психолого-педагогической литературе.

3. Определить основные подходы к работе социального педагога по формированию и коррекции школьной тревожности.
4. Составить и апробировать программу работы социального педагога по профилактике школьной тревожности и проанализировать динамику результатов ее исследования.

## Гипотеза исследования-



составленный комплекс упражнений, в своей совокупности, поможет социальному педагогу в работе по профилактике и снижению уровня школьной тревожности, так как он поможет сохранить и укрепить нормальное состояние подростков младшего школьного возраста, избегая возникновения тревожности.

**ГЛАВА I.  
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ  
ОСНОВЫ  
ИССЛЕДОВАНИЯ  
ПРОБЛЕМЫ  
ШКОЛЬНОЙ  
ТРЕВОЖНОСТИ  
ПОДРОСТКОВ В  
ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ  
ЛИТЕРАТУРЕ**

- проблема школьной тревожности подростков в трудах отечественных и зарубежных авторов,
- особенности школьной тревожности подростков младшего школьного возраста,
- основные подходы к работе социального педагога по профилактике школьной тревожности.

## Выводы по I главе:

1. Степень выражения того или иного вида тревожности зависит от индивидуальных особенностей психического развития.
2. Условно разделили все причины тревожности можно на четыре категории: интенсивность, новизна, эволюционно выработанные сигналы опасности, причины, возникающие в социальном воздействии.

3. Определили 3 формы проявления страха как тесно связанные друг с другом: поведенческие, психические и физиологические проявления страха образуют единство.

4. В Надежными индикаторами тревожности считаются физиологические изменения - учащение пульса, повышение кровяного давления.



**Глава II.  
Содержание работы  
по коррекции  
школьной  
тревожности  
подростков в  
деятельности  
социального  
педагога**

**3 этапа**

**Констатирующий  
эксперимент**



**Формирующий  
эксперимент**



**Контрольный  
эксперимент**



**Четыре компонента,**  
играющие важную роль  
при формировании  
состояния





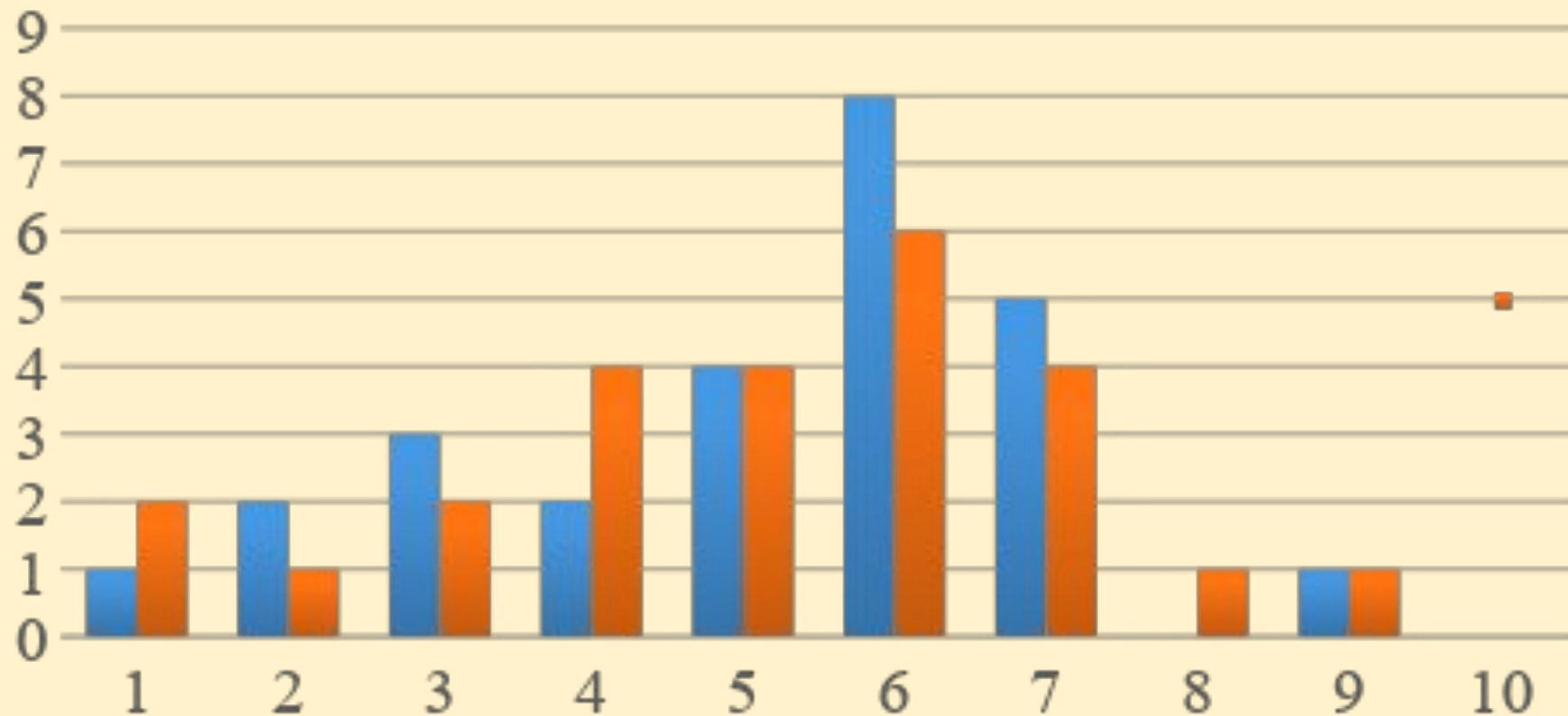
## **Методики**

- 1. Методика « Шкала тревожности» А. М. Прихожан;**
- 2. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса;**
- 3. Опросник исследования тревожности у подростков Ч. Д. Спилберга, А. Д. Андреевой.**

# Методика «Шкала тревожности»

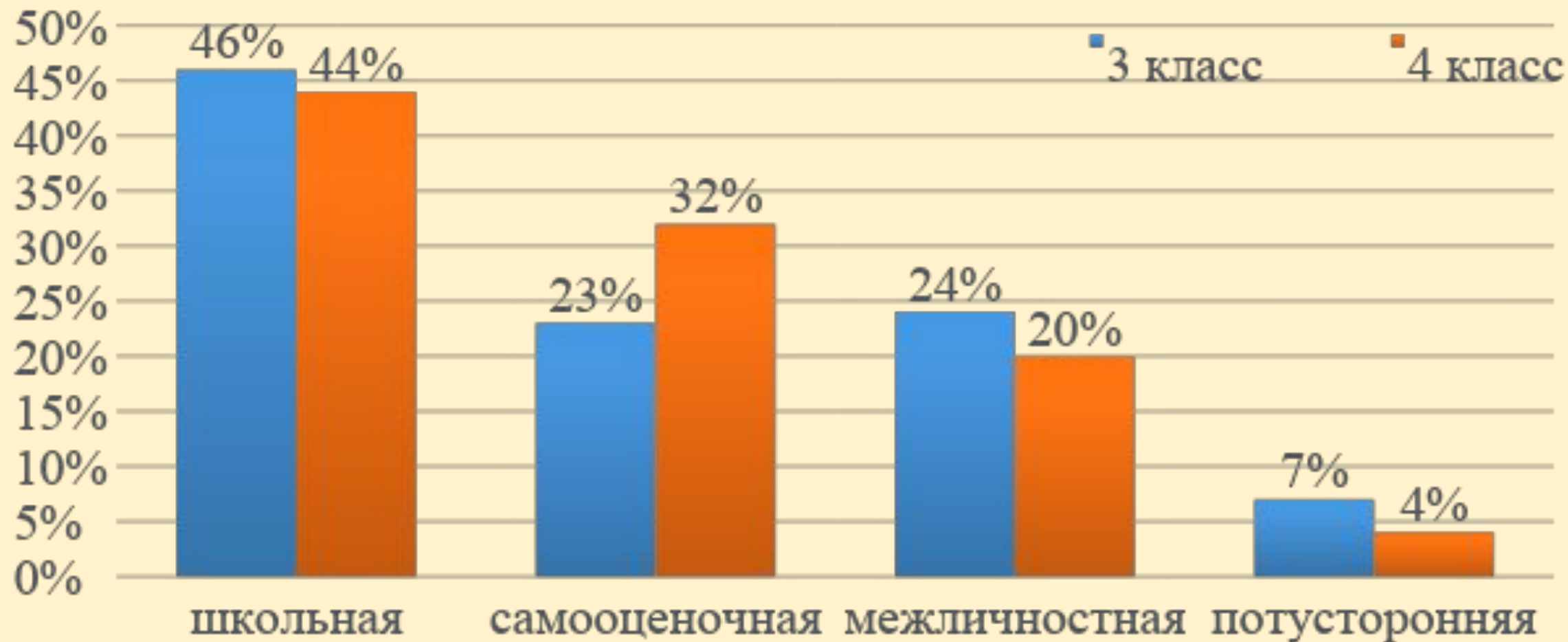
А. М. Прихожан

Общая тревожность



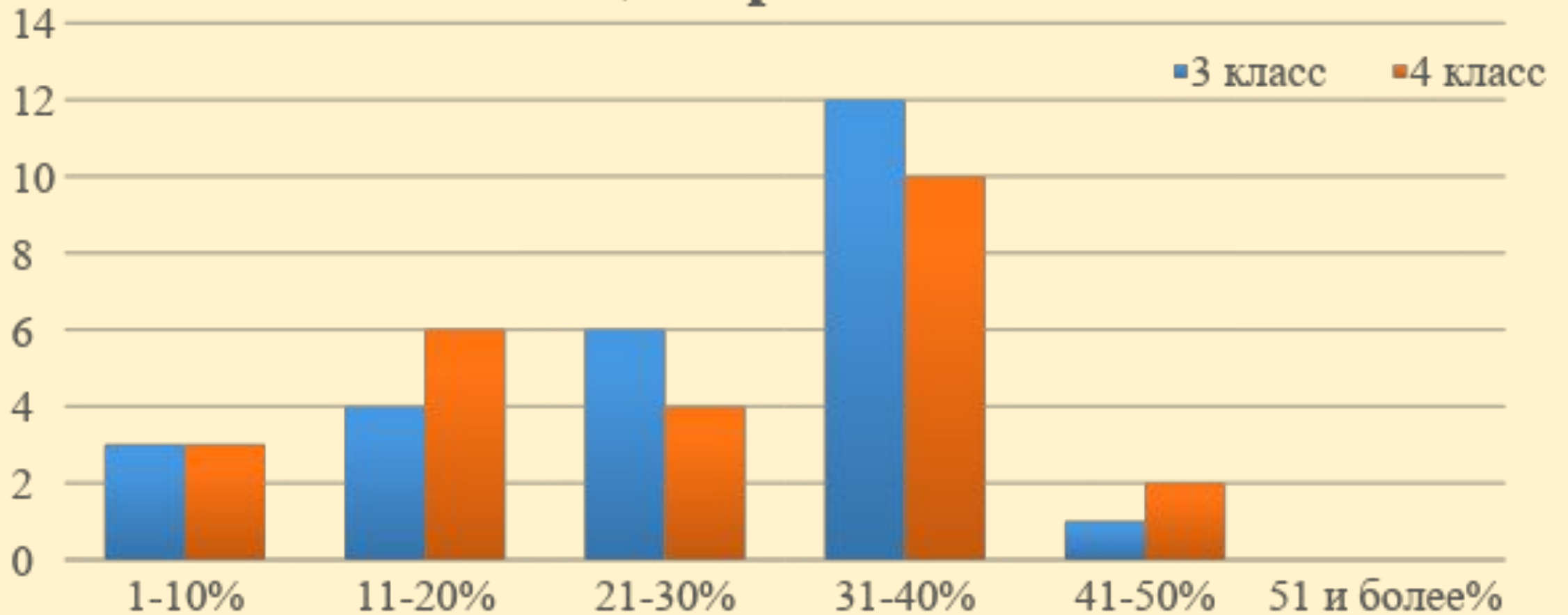
# Методика «Шкала тревожности»

## А. М. Прихожан

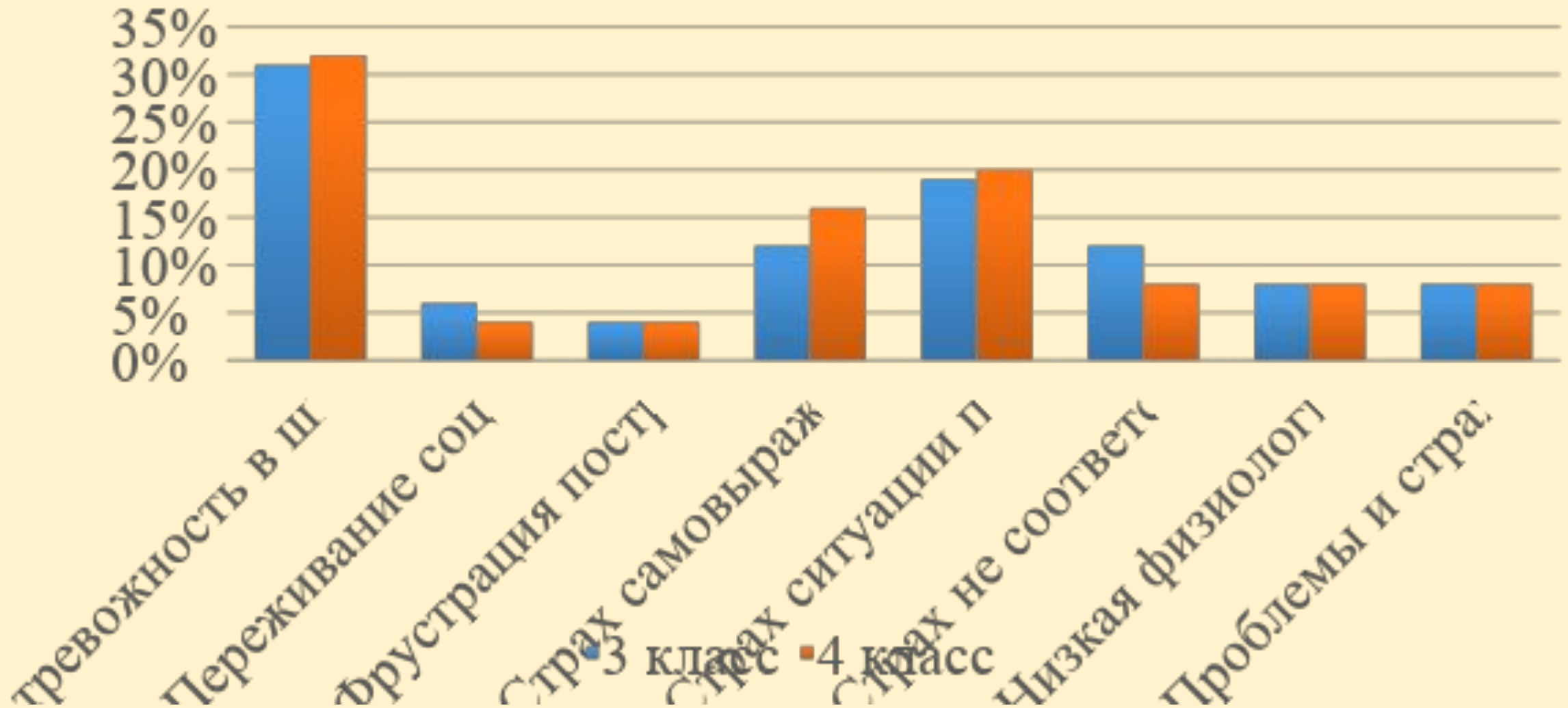


# Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

## Общая тревожность



# Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса



# Опросник исследования тревожности у подростков Ч. Д. Спилберга, А. Д. Андреевой





# Формирующий эксперимент

С целью снижения у подростков тревожности, нами была составлена программа, рассчитанная на месяц.

В данную программу были включены следующие упражнения, направленные:

- ✓ снижения тревожности, эмоционального напряжения учащихся;
- ✓ повышение самооценки;
- ✓ развитие представлений о собственной уникальности;
- ✓ воспитание уверенности в себе;
- ✓ сформировать навыки саморегуляции;
- ✓ обучение ребёнка способам снятия мышечного и эмоционального напряжения

# Результаты повторной диагностики, после использования программы.

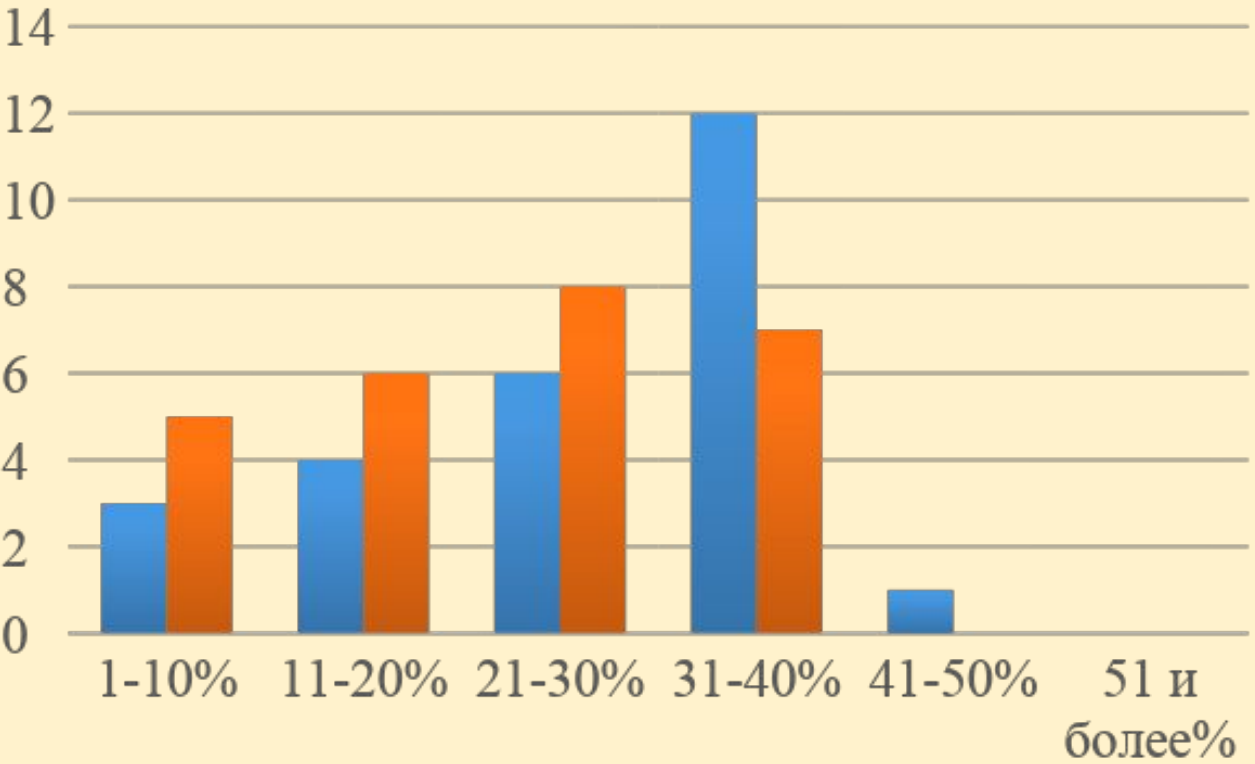
## Методика «Шкала тревожности» А.М. Прихожан



# Результаты повторной диагностики после использования программы.

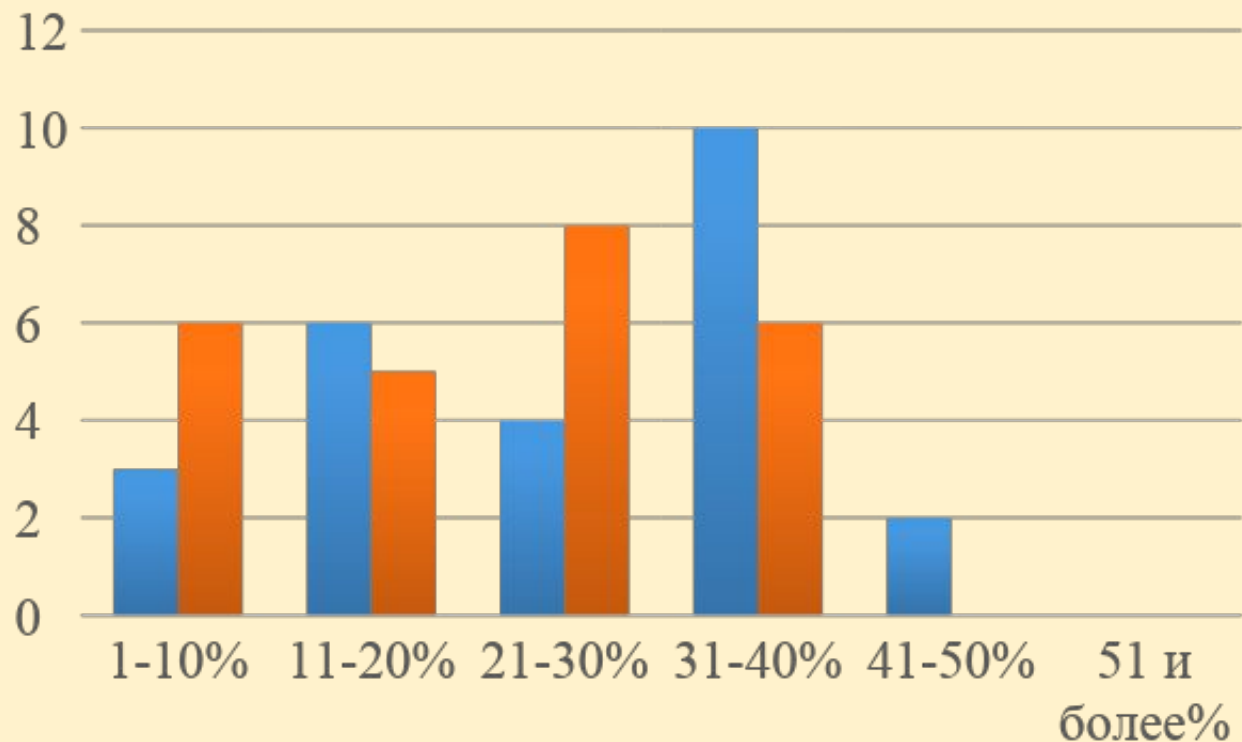
## Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

3 класс



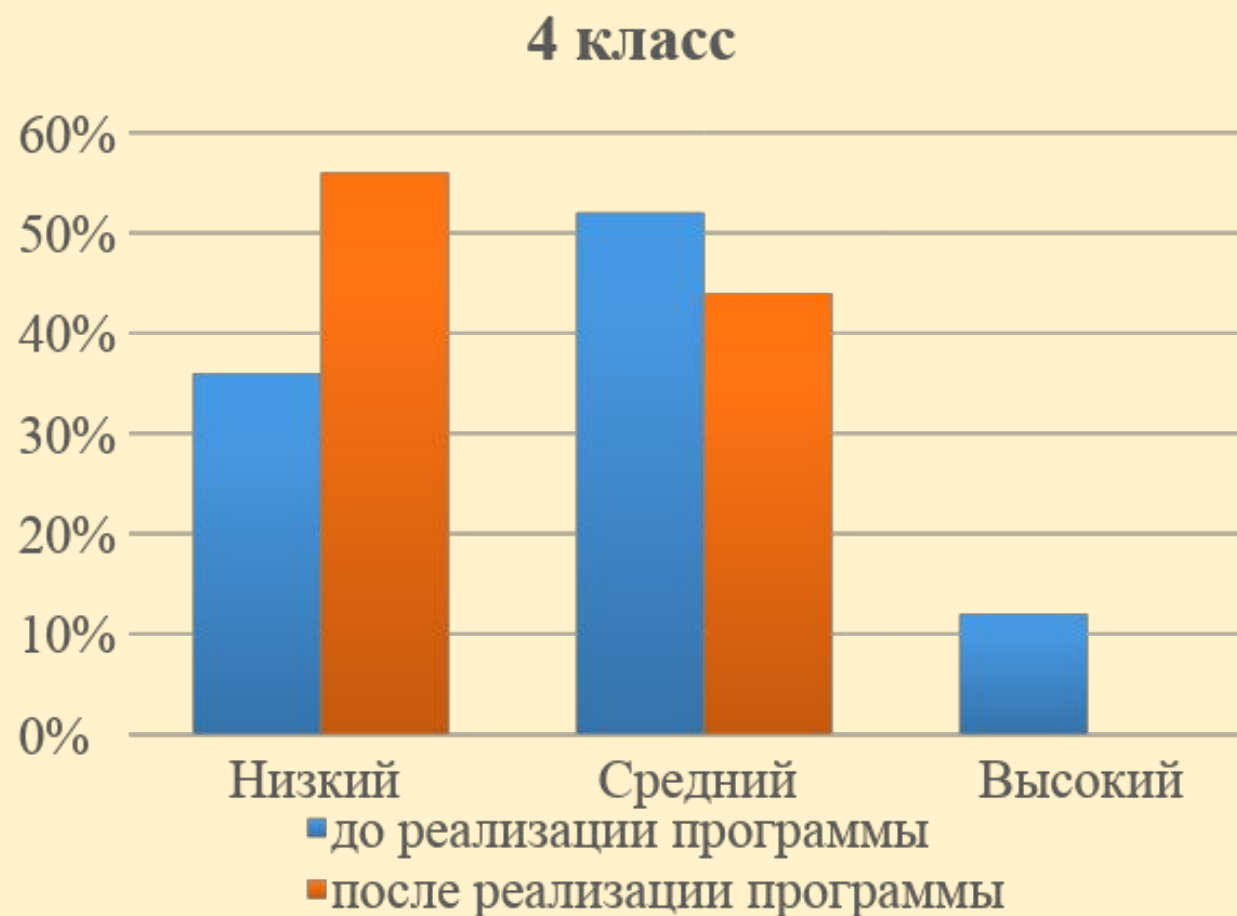
■ до реализации программы  
■ после реализации программы

4 класс



■ до реализации программы  
■ после реализации программы

# Результаты повторной диагностики, после проведения программы. Опросник исследования тревожности у подростков Ч. Д. Спилберга, А. Д. Андреевой





## Заключение

В ходе проведения нашего исследования было выявлено, что тех методов, которые использует социальный педагог для профилактики школьной тревожности недостаточно. На основе данного заключения нами были разработаны рекомендации социальному педагогу, а также была составлена программа, помогающая повысить эффективность проводимой работы по снижению и профилактике школьной тревожности у подростков младшего школьного возраста.



**Спасибо за внимание**