АДМИНИСТРАЦИЯ ЦИМЛЯНСКОГО РАЙОНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

КАЛИНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

ЦИМЛЯНСКОГО РАЙОНА РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

347327 Ростовская область, станица Калининская, ул. Центральная, 66, тел. (8291 ) 46-3-74, 46-3-73, факс ( 8291 ) 46-3-74, эл. почта kalininscool @yandex.ru,ИНН 6137005930, КПП 613701001, Банк: Отделение Ростов-на-Дону г. Ростов-на-Дону

р/с 40701810660151000318, л/с 20586Х14780 УФК по РО, ОГРН 1026101718598, ОКПО 42690674, ОКТМО 60657420

ОКОГУ 421007, ОКВЭД 80.21.2, ОКФС 14, ОКОПФ 20903, ПФР № 071-036-002122

Справка

по результатам реализации общешкольной Программы по снижению тревожности у подростков «Познай себя»

 Программа по снижению тревожности у подростков «Познай себя» была разработана в январе – феврале 2020-2021 учебного года. Актуальность данной разработки обуславливается насущной потребностью в создании специальной коррекционно – развивающей программы для работы с учащимися подросткового возраста и недостаточность практической разработанности этой проблемы в рамках общеобразовательного учреждения. Феномен тревожности становится наиболее важным проявлением развития личности.

При структурировании занятий учитывался возраст участников программы, поэтому особое внимание уделялось упражнениям, которые требуют общения, самовыражения или участие в коллективном деле. В рамках программы у каждого подростка была и есть возможность проявить свои лучшие личностные качества и быть успешным участником программы, так как предложенный спектр занятий даёт возможность каждому показать свои сильные стороны. В программе использовались: игровая деятельность, тренинговые упражнения, рисуночная терапия, сказкотерапия. Подобранные упражнения направлены на снижение уровня тревожности через снятие эмоционального напряжения, повышение самооценки, общение. Важным элементом работы являлась выработка индивидуальных эффективных моделей поведения подростка в значимых, в том числе оценочных ситуациях. Для эффективного воздействия занятий на личность учащихся необходимо было соблюдать следующие условия: осторожно оценивать результат деятельности ребенка, создавать в группе климат безусловного принятия каждого ребёнка.

 Программа рассчитана на один учебный год. Рекомендованная периодичность коррекционно – развивающих занятий 1 раз в месяц. Группа состояла от 7 до 14 человек, а также упражнения программы использовались в индивидуальных занятиях. При этом можно отметить, что продолжительность занятий варьировалась от 30 минут до 1 часа (в зависимости от выбранной формы занятия). При практическом применении программы у педагогов была возможность компоновать упражнения на удобное, ограниченное рамками учебно – воспитательного процесса время.

Оценка эффективности программы производилась по данным повторной диагностике, подтверждающей положительную динамику в изменении эмоциональной сферы ребенка.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровни тревожности   | Первичная диагностика учащихся %  | Повторная диагностика учащихся %  |
| школьная  | самооц  | межлич  | школьная  | самооц  | межлич  |
| 5 класс (14 уч-ся)  |   |   |   |   |   |   |
| Очень высокий  | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Высокий  | 8 | 6 | 8 | 4 | 4 | 4 |
| Повышенный  | 15 | 6 | 14 | 0 | 0 | 0 |
| 7 класс (11 уч-ся)  |  |  |  |  |  |  |
| Очень высокий  |  9 | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  |
| Высокий  | 9  | 11  | 6  | 6  | 0  | 6  |
| Повышенный  | 20 | 16  | 16  | 9  | 0  | 6  |
| 6 класс (13 уч-ся)  |   |   |   |   |   |   |
| Очень высокий  | 6  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  |
| Высокий  | 19  | 6  | 19  | 6  | 6  | 6  |
| Повышенный  | 19  | 6  | 19  | 0  | 0  | 0  |
| 8 класс (11 уч-ся) |   |   |   |   |   |   |
| Очень высокий  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  |
| Высокий  | 0  | 0  | 12  | 0  | 0  | 0  |
| Повышенный  | 20  | 11  | 12 | 0  | 0  | 11  |
| 10 класс (4 уч-ся) |  |  |  |  |  |  |
| Очень высокий  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Высокий  | 0 | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 |
| Повышенный  | 6 | 2 | 6 | 0 | 0 | 4 |

Количество обследованных – 53 уч-ся.

Выводы:

 Результаты работы не всегда проявляются быстро и бывают не такими наглядными, как при обучении детей чтению, счету, письму. Поэтому не стоит ждать от работы по этой программе быстрого показательного эффекта. Однако, как показывает практический опыт, после проведения занятий не сразу, не вдруг, а исподволь и постепенно положительные результаты начинают проявляться. У детей исчезают нежелательные формы поведения, появляется способность выполнять такие виды деятельности, которые раньше были им недоступны. Отмечается:

-повышение уверенности в себе;

-повышение самооценки;

-преодоление застенчивости, замкнутости, скованности:

-развитие языка жестов, мимики, пантомимики;

-развитие навыка совместной деятельности.

Директор школы: Н.Н.Капканов

Зам. директора по ВР: Е.Д.Пылова