Выпускная квалификационная работа
на тему: «».

Выполнила:
Ошлыкова Мария Вячеславовна,
студентка 53НО группы

Томск-2019

Цель

- Изучение тревожности и ее влияние на процесс адаптации у младших школьников.

Объект

- Состояние тревожности, как один из аспектов эмоциональной сферы.

Предмет

- Тревожность как эмоциональная неблагополучность в адаптации детей младшего школьного возраста.

Гипотеза

- состоит в предположении о том, что уровень тревожности в период адаптации первоклассников, будет снижаться на фоне использования комплекса упражнений и игр.

Задачи:

- Изучить современные представления о состоянии тревожности;
- Изучить механизм адаптации первоклассников;
- Провести мероприятия, направленные на снижение тревожности у младших школьников;
- Проанализировать эффективности предложенных мероприятий.

Организация исследования:

База: Частная общеобразовательная гимназия «Томь»;

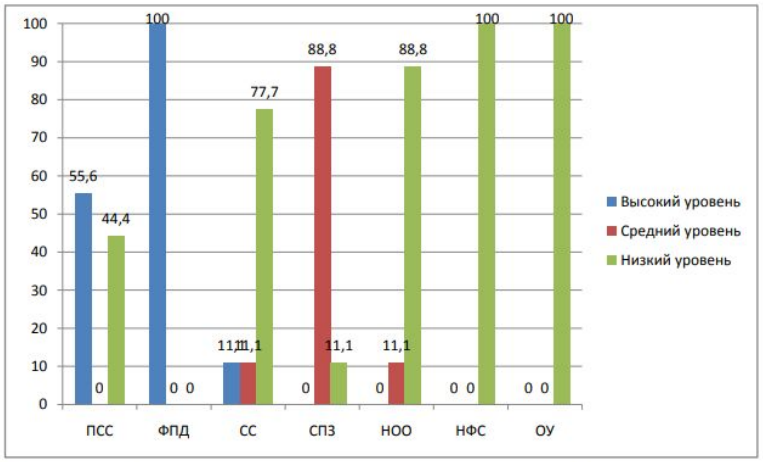
Класс: 1 -2;

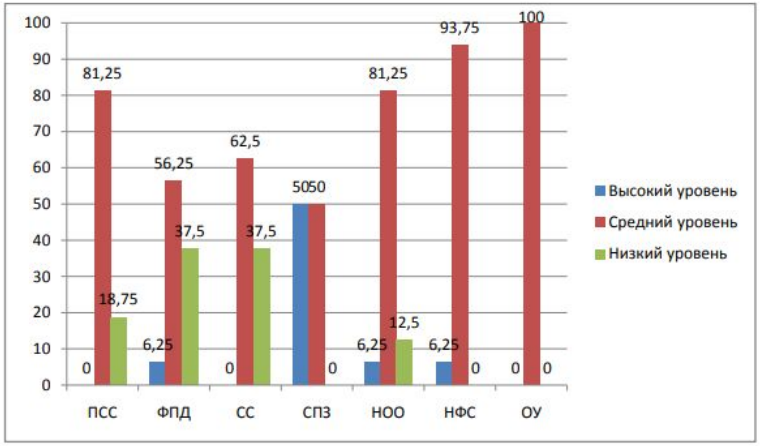
Количество детей: 42 младших школьника в возрасте 8-9 лет.

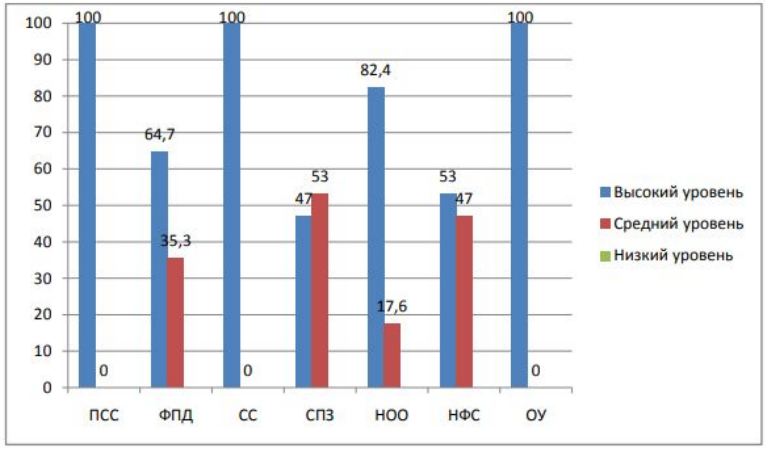
Методики диагностики:

1. Методика диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса.
2. Проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан

Выраженность уровня тревожности в разных сферах школьной жизни





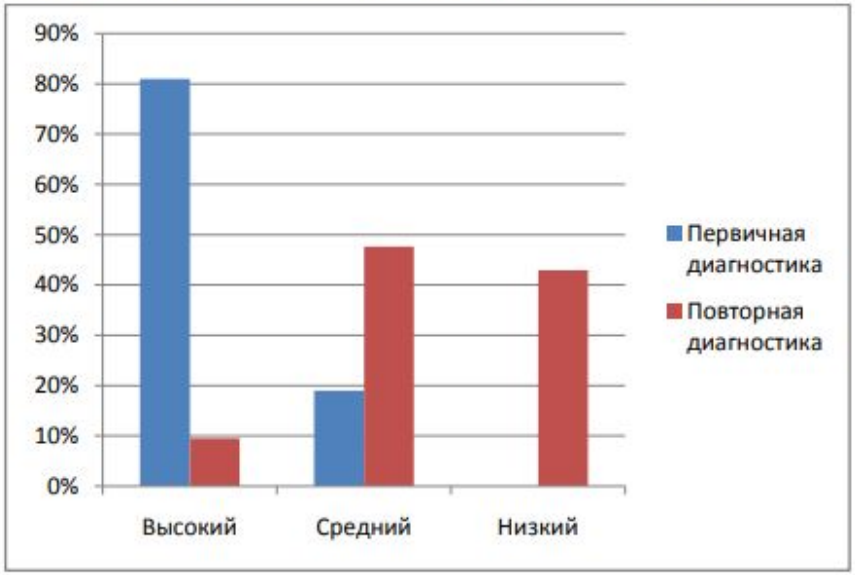


- ОТ - тревожность в ;
- ПСС - социального ;
- ФПД - потребности в ;
- СС - страх ;
- СПЗ - ситуации ;
- НОО - страх не окружающих;
- НФС - сопротивляемость ;
- ОУ - и страхи в с ..

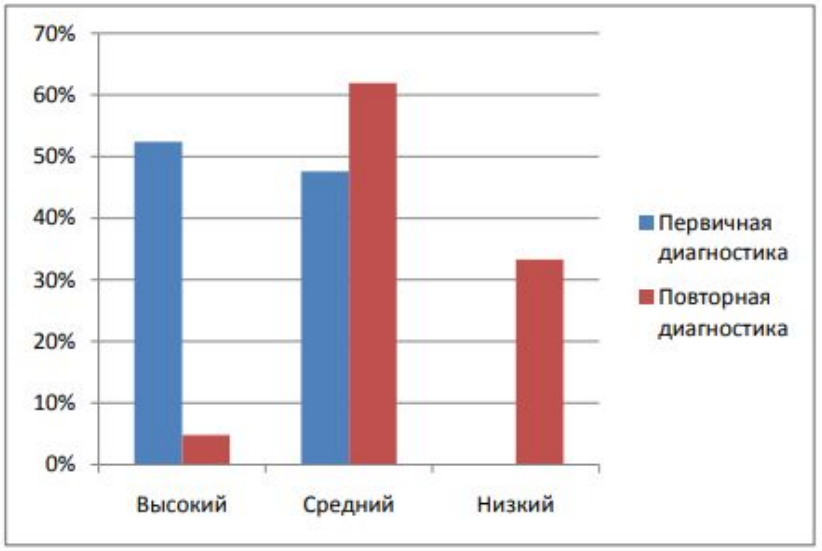
Тематический план

№	Содержание занятия	Перечень упражнений
Занятие 1	Создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, выработка правил поведения на занятиях, более близкое узнавание участников занятий.	**1. «Здравствуйте, я рад познакомиться». 2. Выработка правил поведения на занятиях. 3. Игра« Ветры дуют на…»4. Игра «Хоровод»**
Занятие 2	Снятие напряжения среди участников, осознание себя.	**1.Игра «Волшебное слово»2. Части моего «Я» 3. Игра «Паровозик» 4. «Хоровод»**
Занятие 3	Развитие внимания к поведению другого и способности к получению обратной связи.	**1.Игра – тренинг «Таможня» 2. Игра« Ассоциации» 3. «Хоровод»**
Занятие 4	Развитие представлений о ценности другого человека и способности выражать свое эмоциональное состояние.	**1.Игра «Значимые 2.Игра 3.Игра «Список чувств» 4. Хоровод**
Занятие 5	Развитие коммуникативных навыков, осознание различных черт характера и чувств.	**Игра «Спина к спине» Игра «Монстр» Хоровод**
Занятие 6	**Осознание мотивов межличностных отношений, завершение группы**	**1.Завершение группы. 2. Заключительное слово ведущего.**

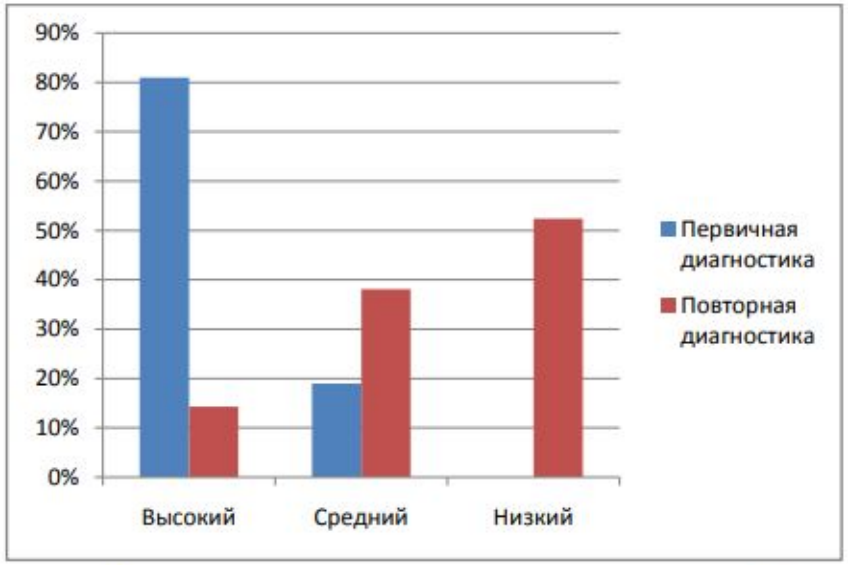
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Переживание социального стресса»



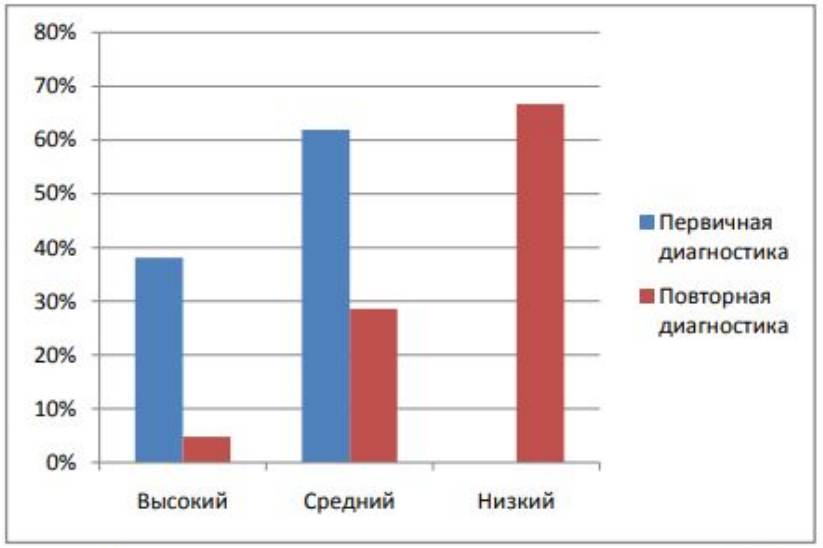
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Фрустрация потребности в достижение успеха»



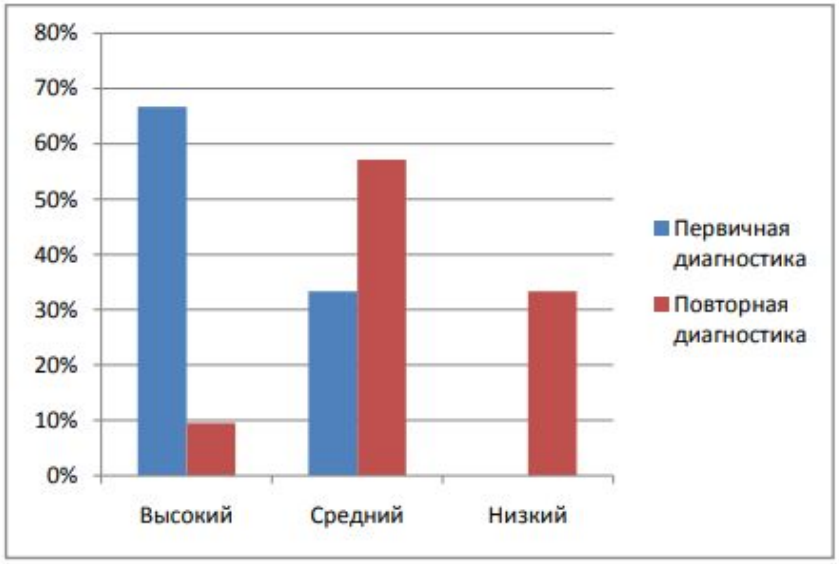
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Страх самовыражения»



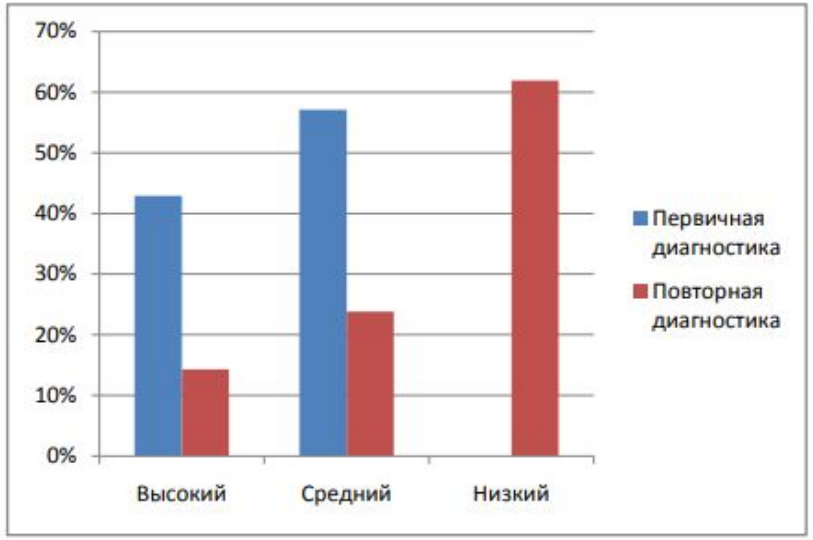
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Страх ситуации проверки знаний»



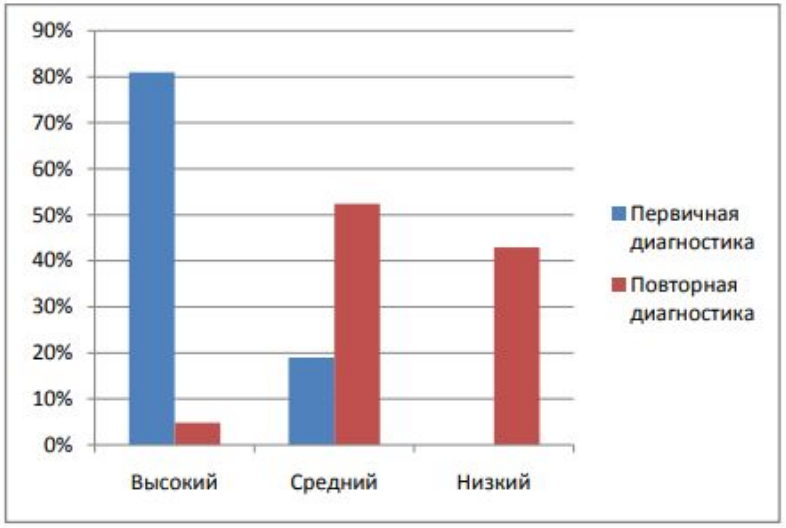
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих»



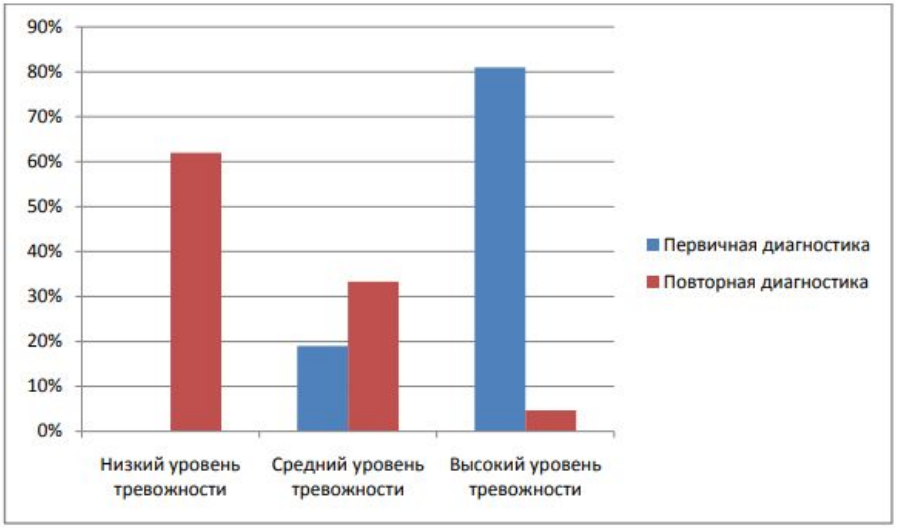
Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу»



Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики уровня школьной тревожности Р. Филлипса по шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями»



Динамика показателей экспериментальной группы по методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан



Вывод в практической работе заключается в том, что наблюдаются снижения уровня тревожности на страх ситуаций проверки знаний на 12%.; тревожности, вызванной проблемами и страхами в отношениях с учителями снизился на 11,2%; уровень тревожности, вызванная фрустрацией потребности в достижение успеха снизился на 9,9%, что позволяет говорить о том, что уровень тревожности снижается на фоне использования комплекса упражнений и игр..

Спасибо за внимание!