



учиться. Когда он учится - у него может что-то не сразу получаться. Составьте с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением. Не пропускайте трудности на первом этапе обучения. Поддерживайте в ребенке желание добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите то, за что его можно похвалить. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге. У ребенка должно оставаться время для игровых занятий.



«Не бойся, что не знаешь – бойся, что не учишься».

Китайский афоризм



М первоклассников о школьной тревожности



СОВЕТЫ

2024_год

Тревожность-это...

- индивидуальная психологическая особенность, которая заключается в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не располагают. Тревожность развивается вследствие наличия у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван:

противоречивыми требованиями, предъявляемыми родителями либо школой;

неадекватными требованиями (чаще завышенными);

негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение.

Тревожность во многом зависит от уровня тревожности окружающих взрослых. Высокая тревожность педагога или родителя передается ребенку. В семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны, чем в тех, где часто возникают конфликты.

Авторитарный стиль отношений

Признаки тревожности

Тревожный ребенок

е может работать не уставая
ему трудно сосредоточиться на чем-то.
любое задание вызывает излишнее беспокойство.
во время выполнения заданий очень напряжен, скован.
утомляется чаще других.
часто говорит о напряженных ситуациях.

Как правило краснеет в незнакомой обстановке.

Жалуется, что ему снятся страшные сны.

Руки у него обычно холодные и влажные.

Нередко бывает расстройство стула.

Сильно потеет, когда волнуется.

Не обладает хорошим аппетитом.

Спит беспокойно, засыпает с трудом.

Пуглив, многое вызывает у него страх.

Обычно беспокоен, легко расстраивается.

Часто не может сдержать слезы.

Плохо переносит ожидание.

Не любит браться за новое дело.

Не уверен в себе, в своих силах.

Боится сталкиваться с трудностями.

