

## **Рекомендации по снижению уровня тревожности учащихся**

Для снижения уровня тревожности необходимо проведение учителем ряда мероприятий:

- по возможности – установление дружеских, не авторитарных отношений с детьми;
- снижение частоты использования отрицательного стимулирования выполнения деятельности учащихся, использование положительного стимулирования;
- поощрение ситуаций самовыражения и самораскрытия ребенка;
- мотивация на успех;
- по возможности, не применять ситуаций сравнения учащихся между собой;
- снижение значимости момента проверки знаний (придание процессу проверки знаний излишней значимости, «запугивание накануне», публичность ответов).

Проведение коррекционно – развивающей работы по снятию признаков и проявлений школьной тревожности: развитие навыков поведения в ситуациях вызывающих тревогу, развитие самооценки, укрепление уверенности в себе, развитие навыков межличностного общения.