**Top of Form**

**Աշակերտի դպրոցական տագնապայնության որոշման մեթոդիկա**

/հոգեբանի աշխատանք/

1. Դիտարկում

Չափորոշիչներ

* Դասարանի բարոյահոգեբանական մթնոլորտը
* Աշակերտների ներգրավվածությունը դասապրոցեսին
* Աշակերտների ընդունակությունների դրսևորումը
* Աշակերտների կարգապահությունը

1. Աշակերտի դպրոցական տագնապայնության որոշում

* Թեստային աշխատանք՝ <<Դպրոցական տագնապայնության որոշում>>
* Անհատական զրույց բարձր և ցածր տագնապայնություն ունեցող աշակերտների հետ
* Անհատական զրույց բարձր և ցածր տագնապայնություն ունեցող աշակերտներ ծնողների հետ

1. Հոգեբանական պարապմունք դասարանի հետ՝ <<Մեզ պետք են կանոններ>>, որի նպատակն է

* Զարգացնել աշակերտների իրավունքների և պարտականությունների պատկերացումները և դրանց կապը համադասարանցիների իրավունքների և պարտականությունների հետ
* Բարձրացնել կարգապահությունը

***Պարապմունքի ընթացքը***

**ա**. Դասարանը բաժանել խմբերի և տալ հրահանգ ՝ <<Նկարել շենք>>

**բ.** Որոշ ժամանակ հետո դադարեցնել աշխատանքը

**գ.** Հոգեբանը փաստում է, որ ոչ մի խումբ աշխատանքը ճիշտ չի կատարել, չի տեղավորվել ժամանկի մեջ և չեն նկարել՝

* չորսհարկանի դպրոցի շենք
* Երկինք ու արև
* Բակում խաղացող երեխաներ
* …և այլն

**դ.** Քննարկվում է, թե ինչու չստացվեց աշխատանքը: Երեխաներին հասանելի դարձնել, որ որ արդյունավետ աշխատանքի համար պետք են կանոններ:

Թվարկվում են այն բոլոր կանոնները, որոնք անհրաժեշտ են նաև դպրոցում ուսումնական գործընթացը հաջողությամբ կազմակերպելու համար:

**ե.** Պարապմունքի նպատակի քննարկում…

1. Սեմինար-պարապմունք բարձր և ցածր տագնապայնություն ունեցող աշակերտների հետ

Նպատակը՝ նվազեցնել երեխաների տագնապայնությունը և ձևավորել ինքնավստահություն, շփվելու հմտություններ և կենտրոնացնել ուշադրությունը

Պարապմունք 1.

ա/ ծանոթացում /յուրաքանչյուրը նշում է իր անունը և իր բնավորության ուժեղ կողմերը/

բ/ վարժություն ՝ <<Գոյություն չունեցող կենդանի>>

գ/ վարժություն՝ <<Ուշադիր ենք մենք>>

Պարապմունք 2.

ա/ հանգստացնող վարժություն՝ <<Ծաղիկ>>

բ/ վարժություն՝ <<Նկարեք Ձեր այցեքարտը>>

գ/ վարժություն՝ <<Ճամպրուկ>>

Պարապմունք 3.

ա/ վարժություն՝ <<Կախարդական մոլորակ>>

բ/ վարժություն ՝ <<Խճանկար>>

գ/ վարժություն՝ <<Ուշադրության րոպե>>

Պարապմունք 4.

ա/ վարժություն՝ <<Շփվում ենք լուռ>>

բ/ վարժություն՝ <<Սովորում ենք հույզեր արտահայտել>>

գ/ վարժություն՝ <<Ընկերության կանոններ>>