КАРТА НАБЛЮДЕНИЯ ЗА ПОВЕДЕНИЕМ РЕБЕНКА ДОМА*

Инструкция: Уважаемые родители, карта поможет вам определить, какие проблемы есть у первоклассника. Проявление этих проблем говорит о том, что у ребенка ухудшилось физическое и психическое состояние и ему необходима помощь. Заполняйте карту по результатам наблюдения за ребенком в течение недели. Не торопитесь ставить балл, если нет уверенности. Лучше понаблюдайте за ребенком еще несколько дней.

Характеристика поведения и состояния ребенка	**Нет, редко**	**Иногда**	**Да, часто**
	1 балл	**2 балла**	**3 балла**
Ребенок под разными предлогами неохотно идет в школу: не высыпается, плохое самочувствие, болит живот, голова			
Долго собирается в школу, постоянно забывает необходимые вещи, не помнит расписание уроков, необходимо постоянно контролировать			
После школы вялый, сонливый или, наоборот, чрезмерно возбужденный, раздражительный, агрессивный			
Преобладает пониженный фон настроения, неустойчивое настроение, повышенная плаксивость			
Жалуется на усталость, головные боли, боли в животе			
Чрезмерно возбуждается к вечеру, отказывается ложиться спать, долго не может уснуть			
Спит беспокойно. Часто просыпается, вскрикивает, «крутится»			
Дома постоянно возбужден, не может организовать свою деятельность, эмоционально неустойчив, капризничает, упрямится			
Болезненно или, наоборот, безразлично относится к школьным оценкам, жалуется на несправедливое отношение учителя			
Отказывается делать уроки, «торгуется», ставит массу условий. Не может организовать себя, отвлекается			
Часто не помнит, какое задание дали на дом, какие завтра уроки			
Самостоятельно работать не может, требуется постоянный контроль			
Суммарный балл			

* Автор — М.М. Безруких.

Обработка результатов:

Подсчитайте суммарный балл:

– меньше 15 – состояние ребенка не вызывает тревоги, он справляется с учебной нагрузкой, перенапряжения нет;
– 15–20 – обратите внимание на режим дня, проанализируйте дополнительные нагрузки, выявите трудности;
– больше 20 – значительное функциональное и эмоциональное напряжение, ухудшение состояния психического здоровья, обратитесь за консультацией к педиатру или детскому неврологу.