

Психологическое сопровождение учащихся в период подготовки к ВНО и ГИА

ПОДГОТОВИЛА
ПРАКТИЧЕСКИЙ ПСИХОЛОГ
ПЕРВОМАЙСКОЙ ООШ I-III СТУПЕНЕЙ №5
БОНДАРЬ В.Г.



Экзамен как психологическая нагрузка

Экзамен – это своеобразная критическая ситуация, которая определяет положение обучающегося в школе и его дальнейшую судьбу.

Экзамен - ситуация, требующая концентрации и немедленного ответа, когда в организме человека срабатывает механизм «запускающий стресс».

Экзамен - двойная психологическая нагрузка связанная, как с периодом подготовки, так и непосредственно с моментом сдачи самого экзамена. Все это время психически и физически учащийся находится в состоянии стресса, который может привести к изменениям в протекании психических процессов, эмоциональным сдвигам, трансформации мотивационной структуры деятельности, нарушениям двигательного и речевого поведения, что может отразиться на результатах сдачи экзамена.



Психологическое сопровождение выпускников

- 1. Подбор необходимого диагностического материала на весь период психологического сопровождения.**
- 2. Индивидуальные консультации подростков и их родителей.**
- 3. Обсуждение с родителями на родительском собрании особенностей ситуации и способы оказания помощи ученикам.**
- 4. Проведение цикла групповых занятий с подростками.**
- 5. Работа с учителями.**



Психологические трудности ВНО И ГИА

- *Познавательные*
- *Личностные*
- *Процессуальные*



Познавательные трудности:

Причины познавательных трудностей:

- Недостаточный объем знаний.
- Недостаточная сформированность навыков работы с тестовыми заданиями.
- Неспособность гибко оперировать системой учебных понятий предмета.



Личностные трудности

Виды личностных трудностей:

Причины личностных трудностей:

- Недостаток информации о процедуре
- Отсутствие возможности получить поддержку взрослых

- Повышенный уровень тревоги
- «Мифология» (нереалистические убеждения и предрассудки о ВНО)
- Неадекватная самооценка



Процессуальные трудности

Причины трудностей:

- недостаточное знакомство с процедурой экзамена
- отсутствие четкой стратегии деятельности.

Виды трудностей:

- Трудности, связанные со спецификой фиксирования ответов.
- Трудности, связанные с ролью взрослого.
- Трудности, связанные с критериями оценки..



Психологическое сопровождение подготовки к ВНО и ГИА будет более эффективным, если в нем будут задействованы все субъекты учебного процесса:

- учащиеся,*
- родители,*
- педагоги*



Основная цель психологической подготовки учеников к ВНО

- ознакомление выпускников с процедурой ВНО
- формирование у них адекватного реалистичного мнения о ВНО
- определение конструктивной стратегии деятельности на экзамене.



Задачи психологической работы с учащимися:

- **Познавательные трудности**
 - Формирование необходимых психических функций с помощью психогимнастических игр и упражнений.
- **Личностные трудности**
 - Снижение уровня тревоги до оптимального, формирование адекватных установок.
- **Процессуальные трудности**
 - Помощь в выработке индивидуальной стратегии деятельности и овладении особенностями процедуры ВНО и ГИА



Формы работы психолога

с детьми:

- Групповые занятия – практикумы.
- Игры – драматизации (овладение процедурой ВНО и ГИА на симулированном материале).
- Индивидуальные консультации.
- Формулировка рекомендаций.



Возможное содержание групповых занятий:

- **Ознакомление с сущностью, процедурой и спецификой ВНО и ГИА.**
- **Осознание индивидуального стиля деятельности и выработка личной стратегии подготовки к ВНО и ГИА и поведения во время экзамена.**
- **Освоение простейших релаксационных техник (аутотренинг и т.д.)**



Формулы самовнушений:

- Я УВЕРЕННО СДАМ ВНО
- Я УВЕРЕННО И СПОКОЙНО СПРАВЛЮСЬ С ЗАДАНИЯМИ
- Я С ХОРОШИМ РЕЗУЛЬТАТОМ ПРОЙДУ ВСЕ ИСПЫТАНИЯ
- Я СПОКОЙНЫЙ И ВЫДЕРЖАННЫЙ ЧЕЛОВЕК
- Я СМОГУ СПРАВИТЬСЯ С ЗАДАНИЕМ
- Я СПРАВЛЮСЬ
- Я ДОЛЖЕН СДЕЛАТЬ ТО-ТО И ТО-ТО...



Формы работы с родителями

- Фронтальные:
тематические
родительские
собрания,
практикумы
- Индивидуальные:
консультации (в
том числе
совместные с
выпускником)



Направления работы с родителями:



- Повышение осведомленности родителей и формирование реалистичной картины экзамена
- Снижение родительской тревоги



СПАСИБО
ЗА
СОТРУДНИЧЕСТВО

