

Отчет о деятельности школы

по психологическому сопровождению ОГЭ и ЕГЭ

Период завершения обучения в школе — это время первого взрослого испытания, которое показывает, насколько выпускники готовы к взрослой жизни. Результаты выпускных экзаменов имеют большую значимость для детей. Процедура прохождения ОГЭ и ЕГЭ - деятельность сложная и предъявляющая особые требования к уровню развития психологических функций.

Стресс на экзамене связан с тем, что процедура напрямую связана с самооценкой подростка: насколько я действительно умен, насколько могу справиться с предложенными мне заданиями? Дефицит времени значительно повышает тревогу ученика, у него появляется страх «не успеть», а это в свою очередь способствует нерациональному распределению времени и отрицательно влияет на результаты.

При сдаче экзамена выпускники лишены психологической поддержки, принимают и оценивают результаты экзамена незнакомые люди, что приводит к повышению тревоги и недостаточной сконцентрированности на задании. ЕГЭ - это сразу два экзамена: выпускной и вступительный, что повышает его значимость, а следовательно, и уровень тревоги учащихся.

Имея в этом учебном году в штате школы своего психолога мы более эффективно можем осуществлять психологическую подготовку выпускников основной и средней школы к экзаменам. Деятельность психолога по психологической подготовке к экзаменам сводится к выделению определенной группы трудностей, с которыми выпускники сталкиваются при подготовке к экзаменам.

М. Ю. Чибисова, автор книги «Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями» выделяет три типа трудностей, это: когнитивные, процессуальные и личностные трудности.

Когнитивные трудности представляют собой особенности психического развития, связанные с особенностями переработки информации, особенности развития мнемических процессов, логичности мышления.

Психологическая работа по преодолению данного типа трудностей у нас направлена на развитие основных психических функций и обучение эффективной работы во время проведения экзамена.

Процессуальные трудности – отсутствие полной и четкой информации по самой процедуре сдачи экзаменов. Знание о процедуре прохождения экзамена позволяет выпускнику быть более собранным во время организационных моментов и во время самого экзамена и подготовиться к возможным трудностям, которые могут возникнуть в процессе прохождения ГИА и ЕГЭ. При реализации данного типа трудностей срабатывает принцип «Предупрежден – значит вооружен».

Преодоление процессуальных трудностей обеспечивает пробное проведение экзаменов, выступление выпускников прошлых учебных лет, выпуск различных брошюр, памяток для выпускников, родителей. Мы участвуем в региональных репетиционных экзаменах, а также проводим репетиционные ОГЭ и ЕГЭ на уровне школы по предметам на выбор.

Личностные трудности связаны с личностными особенностями развития выпускника – эмоциональная стабильность, организованность работы, уровень тревожности и т. п.

Работа по преодолению личностных трудностей заключается в проведении обучающих занятий по контролю эмоций, развитию интроверсии, рефлексии, снятия тревожности.

Реализация психологического сопровождения подготовки выпускников к экзаменам в форме ГИА и ЕГЭ ведется по трем основным направлениям: работа с учениками, педагогами и родителями.

Цель психологической подготовки участников образовательного процесса к сдаче экзаменов — выработка психологических качеств, умений и навыков у выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и ЕГЭ и позволят каждому обучающемуся более уверенно чувствовать себя во время экзаменов.

Задачи психологического сопровождения:

- формирование у учащихся 9,11 классов положительного отношения к экзаменам;
- развитие у всех участников образовательного процесса психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ОГЭ и ЕГЭ.

Методы и техники, используемые в занятиях—ролевые игры, мини-лекции, дискуссии, релаксационные методы, метафорические притчи и истории, психофизиологические методики, телесно-ориентированные техники, диагностические методики.

Ожидаемые результаты— снижение тревожности психологического состояния у учащихся 9,11 классов, повышение самооценочного уровня, повышение мотивации учения обучающихся, развитие концентрации внимания, развитие четкости и структурированности мышления, повышение сопротивляемости стрессу, развитие эмоционально-волевой сферы, развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы, развитие навыков конструктивного взаимодействия, повышение качества психологических знаний у педагогов-предметников и родителей (законных представителей) учащихся по вопросам психологической поддержки школьников в период подготовки к экзаменам и в период прохождения ГИА.

Психологическое сопровождение учеников реализуется следующими способами:

1. Психологическая диагностика. Проведение фронтальной диагностики учащихся выпускных классов: выявление детей группы риска, диагностика уровня тревожности. По результатам проведенной диагностики школьный педагог-психолог составляет программу психологического сопровождения, индивидуальных или групповых консультаций, проведения тренинговых занятий корректирующей направленности.

2. Индивидуальное и групповое консультирование учащихся. Проведение консультативной работы с выпускниками по преодолению трудностей и развитию навыков, способствующих эффективной сдаче ГИА и ЕГЭ: Снятие тревожного состояния, обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей;

3. Тренинговые занятия с учащимися. Групповые занятия по контролю эмоций, преодолению стрессового состояния (личностные трудности), ознакомлении с процедурой сдачи экзаменов, проведение встреч с выпускниками прошлого учебного года, уже сдавших экзамены (процессуальные трудности), выработка индивидуального стиля работы (когнитивные трудности).

4. Информационная поддержка. Составление, выпуск различной информационной литературы – буклеты, памятки, брошюры. В рамках данного направления также оформляем

информационные стенды для учеников («Аттестация учащихся», «Готовимся к экзаменам» и т. п.).

Деятельность педагога-психолога строится на основе разработанного плана психологического сопровождения ОГЭ и ЕГЭ, утвержденного руководителем школы, в который включены циклы занятий в форме психологических тренингов для выпускников по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия эмоционального напряжения, групповых и индивидуальных бесед по проблемам психологической готовности к ГИА (план прилагается).

Также педагогом-психологом организовано консультирование учителей и родителей выпускников к экзаменационным испытаниям.

Классные руководители проводят классные часы на тему «Экзамен без стресса», родительские собрания «Приемы, мобилизирующие интеллектуальные возможности обучающихся при подготовке к экзаменам», знакомят учащихся и их родителей с Порядком проведения государственной итоговой аттестации, правилами заполнения бланков, выдают памятки и инструкции.

Результаты анкетирования, тренингов и других корректирующих мероприятий обрабатываются психологом и выдаются в виде рекомендаций педагогам, классному руководителю, родителям (пример справки прилагается).

Отчет составила: зам. директора по УР Гусева С.Г.

Утверждаю:
Директор МБОУ «Махневская СОШ» _____ Н. Г. Горбунова

ПЛАН

Психологического сопровождения участников ОП
к сдаче ГИА и ЕГЭ 2021 - 2022 уч. год

Содержание деятельности	Сроки проведения	Планируемый результат
1. Диагностическое направление.		
<i>Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА и ЕГЭ</i>		
1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА и ЕГЭ. 2. Проведение диагностики. 3. Анализ полученных результатов.	Январь - февраль	Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ (самоорганизация и самоконтроль, тревожность — личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ — процессуальный компонент).
Профориентация (опросник «Профессиональной готовности» Кабардовой Л.Н.)	январь	Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет профессиональных планов и намерений (профориентационная работа).
Методика «Подвержены ли вы экзаменационному стрессу?» О.В. Еремина Анкета «Готовность к ЕГЭ» Чибисова М.Ю.	февраль	Выявление уровня психологической готовности к ЕГЭ и ГИА
Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан	февраль	Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет общей самооценки
2. Цикл практических занятий		
<i>Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и ЕГЭ и решения психологических проблем учащихся.</i>		
1. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9-11-х классов по развитию у них самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности.	Февраль – апрель	1. Овладение учащимися приемами навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу

2. Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции. 3. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	Февраль - апрель	
Подготовка методических рекомендаций выпускникам по подготовке к ЕГЭ и ГИА	март	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам
3. Индивидуальные и групповые занятия		
Темы:		
«Как правильно подготовиться к сдаче экзаменов»	февраль	Психологический настрой на сдачу экзаменов.
«Эффективные способы запоминания большого объема учебного материала»	март	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объема материала
«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	апрель	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации
4. Тренинг:		
Тематическое планирование программы занятий по подготовке 9,11 классов к ГИА и ЕГЭ с элементами психологического тренинга. 1. Тренинг «Познай себя» 2. Тренинг «Лицом к лицу с экзаменом» 3. Тренинг «Как справиться со стрессом на экзамене?» (2 занятия) 4. Тренинг «Способы снятия нервно-психического напряжения» 5. Тренинг «Уверенность на экзамене»	Февраль – апрель	Отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам ГИА и ЕГЭ, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов
5. Работа с родителями выпускников:		
Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА		дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.
Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА	В течение года	дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.
Разработка рекомендаций, памяток для родителей.	В течение года	
Работа по запросу родителей	В течение года	

6. Работа с классными руководителями.

Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА	В течение года	выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ и ГИА.
---	----------------	--

Педагог –психолог

Дедюха

Дедюхина Л.А.