

## **Информационно – аналитическая справка по результатам психологической готовности к ОГЭ**

Одной из основных целей единого государственного экзамена является получение более эффективного инструмента оценки качества образования. Введение экзамена в тестовой форме предполагает наличие готовности ее участников. Поэтому сегодня особым образом актуализируется оказание психологической, педагогической и информационной поддержки всем участникам эксперимента.

Когда идет организационно-технологическая подготовка к ОГЭ, прослеживается общее нарастание тревожности перед тестированием. Именно поэтому встает задача – определить возможные направления психологической работы с учащимися по снятию напряжения и страха перед тестированием, рассказать о тех методах и приемах самоорганизации, которые помогут ученику актуализировать свои знания в процессе тестирования.

### **Экзаменационная тревожность**

В результате обследования 34% учащихся находятся в зоне риска, т.е. эти учащиеся испытывают перед экзаменом волнение. 26% учащихся имеют высокую экзаменационную тревожность, этих учащихся может вывести хоть, что из хорошего расположения духа, их очень волнуют неудачи поэтому они испытывают сильное волнение перед экзаменом.

22% учащихся показывают спокойствие. Эти учащиеся не в полной мере оценивают предстоящие испытания и стараются абстрагироваться от этой проблемы (живут по принципу «подумаю завтра»)

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ:** по результатам анкетирования можно сделать следующий вывод, что для учеников 9-го класса высокий уровень тревожности, это может говорить о том, что ученики полностью относятся к этому серьёзно.

### **Стрессоустойчивость**

После проведения диагностики получилось следующее: 15% учащихся способны принимать правильное решение, нервное возбуждение довольно сильное, но они стремятся выйти из этого состояния всеми им известными способами.

У 70% учащихся существуют защитные механизмы от сильных потрясений, которые включаются при неблагоприятных условиях.

24% учащихся умеют восстанавливать свой энергобаланс, умеют проявлять свои сильные стороны и быстро восстанавливать своё психическое состояние.

### **Тревожность**

#### **Ситуативная тревожность**

При попадании в стрессовую ситуацию характеризуется субъективным дискомфортом, напряжённостью, беспокойством и вегетативным возбуждением.

#### **Личностная тревожность**

Представляет конституциональную черту, обуславливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ:** 51% учащихся относятся к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в

обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Это даёт основание предполагать у них появление состояние тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки их компетенции и престижа.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ:**

- Формировать чувство уверенности и успеха;
- Смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

По результатам исследования, запланированы мероприятия по снятию тревожности у учащихся 9-х классов.

Возможные трудности при сдаче ОГЭ в основном связаны с особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, с недостаточным уровнем развития самоконтроля, с низкой стрессоустойчивостью учащихся, с отсутствием навыков саморегуляции.

Все эти трудности предлагаются преодолеть: через знакомство учеников с особенностями и процедурой ОГЭ для повышения интереса к результатам ОГЭ;

2. повышение сопротивляемости стрессу в результате:

а) ознакомления с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации;

б) возрастания уверенности в себе в своих силах;

3. развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

Эти задачи будут решаться с помощью программы по формированию психологической готовности к ОГЭ. Программа состоит из 5 занятий с чёткой структурой.

В программе будут использоваться: психологические игры, упражнения, методики, модифицированные для решения поставленных задач.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЯМ:**

Сосредоточивайтесь на позитивных сторонах и преимуществах учащегося с целью укрепления самооценки

Помогайте подростку поверить в себя и свои способности

Помогайте избежать ошибок

Поддерживайте выпускника при неудачах

Подробно расскажите ученикам, как будет проходить ОГЭ, чтобы каждый из них последовательно представлял всю процедуру экзамена.

Учитывайте во время подготовки к экзаменам индивидуальные психофизиологические особенности.

Педагог-психолог: Ахмедов Ж.К. /  /