

Психологическое сопровождение учащихся при подготовке к сдаче итоговой аттестации


Педагог-психолог
МОУ «СОШ №49»
Кириллова Т.В.



Цель психологического сопровождения при подготовке к итоговой аттестации

- ◆ Снижение уровня напряжения и тревожности у учащихся, повышение уверенности в своих силах и выработке навыков управления стрессом.

Для реализации основной цели психологического сопровождения в школе решаются следующие задачи:

- создание эмоциональной комфортной образовательной среды;
 - знакомство учащихся с приемами снятия тревожности и психоэмоционального напряжения;
 - информационное обеспечение;
 - повышение психологической компетентности участников образовательного процесса;
 - сбережение здоровья;
 - непосредственная психологическая помощь.
- 



Психологические трудности ЕГЭ

- ◆ Познавательные
- ◆ Личностные
- ◆ Процессуальные





Познавательные трудности:

Причины :

- недостаточный объем знаний;
-  недостаточная сформированность навыков работы с тестовыми заданиями;
-  неспособность гибко оперировать системой учебных понятий предмета.

Личностные трудности

Причины :

-  недостаток информации о процедуре;
-  отсутствие возможности получить поддержку взрослых.

Процессуальные трудности

Причины:

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

ГОТОВНОСТЬ К ЕГЭ

Познавательный компонент (как результат обучения в школе):

- ◆ - Высокая мобильность, переключаемость.
- ◆ - Высокий уровень организации деятельности.
- ◆ - Высокая и устойчивая работоспособность.
- ◆ - Высокий уровень концентрации внимания, произвольности.
- ◆ - Сформированность внутреннего плана действий


Личностный компонент:

- ◆ - Наличие собственного адекватного мнения о ЕГЭ.
- ◆ - Самооценка – умение адекватно оценить свои знания, умения, способности.
- ◆ - Самостоятельность мышления и действия, целеустремленность.


Процессуальный компонент:

- ◆ - Знакомство с процедурой.
- ◆ - Навык работы с тестовыми материалами.
- ◆ - Умение устанавливать контакты в незнакомой обстановке и с незнакомыми людьми.

Методы, используемые в работе психолога

- Анкетирование
 - Тестирование
 - Беседы
 - Лекторий
 - Активизирующие игры
- 

Направления психологического сопровождения

- ◆ Диагностика
 - ◆ Коррекция
 - ◆ Просвещение
 - ◆ Консультирование
- 

Диагностика

- ◆ Проводится с целью определения сформированности психотехнических навыков, необходимых для успешной сдачи ЕГЭ (уровень тревожности, особенности НС, стрессоустойчивость, самооценка, развитие мышления, внимания, памяти)

Коррекция

◆ Развивающие занятия

📧 «Учусь владеть собой»

📧 «Как справиться со стрессом»

📧 «Как научиться сдавать экзамены»


Просвещение

- ◆ Родительские собрания: «Что такое ЕГЭ?», «Как помочь ребенку подготовиться к экзаменам», «Приемы снятия эмоционального напряжения».
- ◆ Классные часы: «Как противостоять стрессу», «Приемы запоминания», «Как правильно готовиться к экзаменам», «Стратегии работы с тестовыми заданиями».


Консультации

- ◆ По вопросам снятия психоэмоционального напряжения, по организации рационального рабочего места и эффективного обучения, создание комфортной обстановки дома, профилактики стрессовых состояний.

Психологическая готовность к ЕГЭ

- ◆ Я хорошо представляю, как проходит ЕГЭ.
 - ◆ Полагаю, что смогу правильно распределить время и силы во время ЕГЭ.
 - ◆ Я знаю, как выбрать наилучший для меня способ выполнения заданий.
 - ◆ Думаю, что смогу справиться с тревогой на экзамене.
 - ◆ Считаю, что могу сдать ЕГЭ на высокую оценку.
- 

Портфолио учащихся

- ◆ Самооценка возможностей и достижений
 - ◆ Индивидуальный прирост
 - ◆ Способность к рефлексии
 - ◆ Оценка личных образовательных достижений
 - ◆ Повышение осознанности действий
 - ◆ Положительная динамика «образа Я»
 - ◆ Повышение уровня притязаний
 - ◆ Повышение учебной активности и самостоятельности
- 

Internet-ресурсы

- ◆ www.ht.ru
- ◆ www.acareer.ru
- ◆ www.find-job.ru
- ◆ www.profcentr.ru
- ◆ www.abiturcentr.ru

Спасибо за внимание!

