

ПСИХОЛОГИЯ

Лаврик Оксана Викторовна

канд. психол. наук, доцент, педагог-психолог

ГБОУ «Гимназия №1797 «Богородская»

г. Москвы

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ШКОЛЬНИКОВ К ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

***Аннотация:** статья рассказывает об опыте психологической работы в ГБОУ г. Москвы «Гимназия №1797 «Богородская» по подготовке учащихся к процедуре сдачи ГИА. Приведены данные опроса школьников после занятий по овладению методами и приемами саморегуляции, релаксации, изменению негативной установки по отношению к ГИА и др. Сделаны выводы об эффективности фронтальной работы с учащимися в 9-х и 11-х классах.*

***Ключевые слова:** подготовка, ГИА, психологическая подготовка, негативные эмоциональные состояния.*

Проблема психологической подготовки выпускников 9-х и 11-х классов образовательных школ к итоговой государственной аттестации стала в последнее время одной из приоритетных проблем психолого-педагогической науки, требующих своего решения. Трудности, которые возникают у выпускников в ходе подготовки и проведения ГИА, зачастую носят далеко не академический характер. Если предметное содержание учебной дисциплины как-то можно освоить, то психика ребенка, испытывающего дополнительную эмоциональную нагрузку во время экзамена, может подвести в решающий момент. В педагогической среде уже сложилось понимание того, что успешность в сдаче ГИА, подразумевает не только достаточный уровень предметных знаний.

Вся форма проведения ГИА-9 и ГИА-11 предъявляет большие требования к проявлению самостоятельности и активности школьника. В частности, сдающий экзамен ученик сам определяет стратегию своих действий на экзамене: может

выбрать задания, с которыми он справиться лучше, и вопросы, ответы на которые он знает, в соответствии со своими знаниями, пропустить вопрос, ответ на который он не знает. И здесь, главное, не растеряться, не испугаться «вылезших» пробелов в знаниях, не опустить руки, не дать чувству тревоги, беспокойства, раздражения, ощущения бессилия и неуверенности в себе парализовать волю. Именно возникающие у школьника негативные эмоциональные состояния приводят к дезорганизованной деятельности, к недостаточной сконцентрированности на экзаменационном задании, отказу от попыток решить его. Поэтому особое значение в условиях сдачи ГИА приобретает работа психологического плана по формированию умения учащихся справляться со своим волнением и негативными эмоциями.

Расскажем о нашем опыте такой работы. Психологическая подготовка выпускников 9-х и 11-х классов проводилась на базе ГБОУ г. Москвы «Гимназия №1797 «Богородская» в период февраль-апрель 2015 г. Нормативным документом, определяющим содержание работы, выступило письмо Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 29.01.15 г. №10-30, обозначившее круг вопросов, решение которых психологическая подготовка выпускников должна была охватить.

На основании рекомендаций данного документа в гимназии был проведен цикл практических занятий, ориентирующих выпускников в приемах и способах развития памяти, организации своего внимания, навыках самоконтроля, освоения приемов и способов снятия эмоционального напряжения. Эти занятия носили фронтальный характер. Также учащимся была предложена возможность индивидуальных занятий с психологом, если по тем или иным причинам учащийся испытывал состояние эмоционального дискомфорта в предэкзаменационный период. На сайте гимназии для родителей выпускников были размещены памятки с советами психолога об организации психологической поддержки в семье в период сдачи ребенком ГИА.

Опрос учащихся выпускных классов, проведенный по итогам занятий показал, что 53,8% выпускников считают, что волнение, испытываемое учеником во

время ГИА, может ухудшить результат выполнения заданий. 46,2% – уверены в себе и отрицают такую возможность. 94,9% выпускников заявило, что смогут самостоятельно справиться со своим волнением, однако 5,1% учащихся высказали опасение, что не смогут контролировать свои негативные эмоции. 66,5% учащихся, выпускных классов отметили, что после полученной психологической подготовки у них появилась уверенность в успешной сдаче ГИА и 33,5% такой уверенности не высказали.

Несколько не оправдало наше ожидание количество учащихся выпускных классов, которые уже сегодня, на предэкзаменационном этапе, стали систематически применять и использовать практические приемы, способы развития памяти, внимания, снятия эмоционального напряжения, организации самоконтроля, освоенные на занятиях с психологом (их всего 30,8%). В то время как «пассивное» усвоение знаний (без практического самостоятельного применения) продемонстрировало 69,2% выпускников.

Но порадовало, что учащиеся, которые практически используют полученные на занятиях знания и навыки уже сегодня, на предэкзаменационном этапе, используют до 87,3% освоенных приемов.

Безусловно, фронтальные занятия, позволяющие массово охватить выпускников школы, сдающих ГИА, должны присутствовать в расписании психологической подготовки, ведь многие школьники в силу своей временной загруженности (репетиторы, курсы в вузах и т. д.) просто не находят времени индивидуально подойти к психологу.

Список литературы

1. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. – М.: Генезис, 2009. – 184 с.
2. Костылева А. Как успешно сдать ЕГЭ. / Школьный психолог. – 2010. – №3 (457). – С. 35–38.