

## **Выпускникам 2016 года**

**Психологическая готовность к ОГЭ - внутренне активное состояние, проявляющееся в обоснованной собственным опытом уверенности в своих силах и достаточности знаний; способности обнаруживать проблемы и самостоятельно справляться с возникающими задачами; регулировать свое состояние и деятельность в период подготовки и сдачи экзамена.**

### **Психологическая готовность выпускника 9 класса к ОГЭ включает:**

- чувство уверенности в своих силах и в завтрашнем дне, преодоление комплексов «отличника», «неудачника», «жертвы»;
- снижение тревожности и эмоциональная стабильность;
- способность к самоанализу и рефлексии;
- сформированность навыков саморегуляции в стрессовой ситуации;
- осознание и принятие учащимся своих возможностей;
- осознание им своей реальной цели в виде ясного и адекватного индивидуальным возможностям образа желательного результата ОГЭ;
- направленная на успешную подготовку к ОГЭ мобилизация всех внутренних ресурсов и познавательных способностей;
- выработка и принятие учащимся наиболее верной личностной стратегии подготовки и поведения на экзамене, соответствующей его индивидуальности;
- достаточная информированность о процедуре и особенностях ОГЭ;
- достаточный опыт решения разнообразных практических задач, необходимо связанных с особенностями самой процедуры сдачи ОГЭ;
- сформированные общеучебные умения и навыки работы с информацией;
- особенности памяти, внимания, мышления, способствующие успешной подготовке и сдаче ОГЭ;
- система отношений (к ситуации экзамена, к себе как субъекту учебной деятельности и профессионального выбора, к деятельности учения), способствующих эффективному преодолению возникающих трудностей;
- навыки внутренней мобилизации, самоорганизации;
- внутренняя положительная мотивация на регулярную самоподготовку и самоорганизацию.

### **Психологическая готовность к ОГЭ педагогов включает:**

- информированность о процедуре ОГЭ и изменениях в спецификации экзамена, о современных методах обучения и подготовки школьников к работе с КИМами;
- осознание своих педагогических, дидактических, методических, психологических возможностей для эффективной подготовки учащихся к ОГЭ;
- осознание вариативности стратегий и тактик групповой и индивидуальной помощи учащимся;
- внутреннее принятие индивидуальных особенностей учащихся как данности, из которой необходимо исходить (от этого будет зависеть выбор методов и средств обучения, выбор стратегии и тактики подготовки учащихся с различными психологическими особенностями и затруднениями);
- способность гибко перестраивать свою работу, менять привычные способы преподавания с целью формирования у учащихся необходимого опыта работы с КИМами и решения других практических задач, связанных с ОГЭ;
- ориентация на роль организатора, управляющего самостоятельной деятельностью ученика (в противоположность ролям информатора, опекуна, контролера).

### **Психологическая готовность к ОГЭ родителей включает:**

- информированность о процедуре, требованиях и нормах ОГЭ;
- знания особенностей, способностей, возможностей своего ребенка и реалистического отношения к ним;
- устойчиво-положительного отношения к нему, проявляющегося в позиции поддержки, заботе о его физическом и психологическом благополучии, в помощи выпускнику в осознании своих целей, организации его режима дня, выборе наиболее правильных стратегий подготовки к ОГЭ и непосредственно на экзамене;
- умения регулировать свое состояние и демонстрировать ребенку уверенное поведение в сложных ситуациях.

Родительское собрание «Эффективность подготовки к прохождению ГИА. Как помочь ребенку сдать ОГЭ» ( январь 2016г.)

13.01.2016г. в 9 классе был проведен классный час на тему «Развиваем память и внимание», на котором учащиеся познакомились с основными правилами запоминания текста, формул.

20.01.2016г. медицинской сестрой была проведена беседа с выпускниками «Здоровый сон и питание во время экзаменов», даны рекомендации по режиму дня.

11.02.16г. с учащимися 9 класса был проведен психологический тренинг «Экзамен-это не страшно», где ребята смогли убедиться, что навыки внутренней мобилизации, самоорганизации доступны каждому.

25.02.16г. была проведена психологическая диагностика учащихся 9 класса: 1.Тест «Акцентуации характера» Шмишека – Леонгарда; 2.Тест «Подверженность стрессу». Цель данной диагностики - оказание индивидуальной психологической помощи обучающимся 9 класса при подготовке и сдаче ГИА .