

# Рекомендации педагога-психолога МБОУ ООШ № 19 Мигуля Е.В. для учителей при подготовке обучающихся к сдаче ГИА

Своеобразие учебной деятельности каждого ребенка связано с целым рядом его индивидуальных особенностей: спецификой мышления, памяти, внимания, темпом деятельности, личностными особенностями, учебной мотивацией и т.д.

В зависимости от сущности имеющихся у детей затруднений выделяются следующие группы .

## **ПРАВОПОЛУШАРНЫЕ ДЕТИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Правополушарными таких детей называют условно, ведущим у них, как у всех здоровых людей, является левое полушарие, но у них значительно повышена активность правого полушария. У таких детей богатое воображение, хорошо развитое образное мышление. Они прекрасно воспринимают метафоры, образы, сравнения, теряясь при необходимости мыслить логическими категориями. Им трудно составлять конспекты и планы.

### **Основные трудности, возникающие при сдаче ГИА**

Правополушарные дети могут испытывать затруднения при необходимости логически мыслить. Им трудно отвлечься от эмоционально-образной составляющей материала и сосредоточиться на фактах и теоретических построениях. Как правило, они хорошо справляются с гуманитарными предметами, испытывая сложности с предметами естественно-математического цикла. Само по себе тестирование исключительно сложно для правополушарных детей, потому что оно «левополушарно» по своей сути (требует умения анализировать и сопоставлять различные факты).

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки.

-Чтобы учебный материал лучше усваивался, важно задействовать воображение и образное мышление: использовать сравнения, образы, метафоры, рисунки. Сухой теоретический материал важно проиллюстрировать примерами или картинками.

-учить выделять главное. Нужно ориентировать детей на выявление основного в каждом задании: что является главным, на что стоит обращать внимание в первую очередь.

Во время экзамена. Правополушарным детям лучше пробовать свои силы не в простейших тестовых, а там, где требуется развернутый ответ. Им это будет проще. Возможно, именно с таких заданий им стоит начинать, а уже потом переходить к тестам множественного выбора.

## **ДЕТИ-СИНТЕТИКИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Синтетический, или глобальный, стиль деятельности характеризуется рядом типичных моментов. Дети-синтетики опираются в большей степени на общее, а не на частности. Они мало внимания уделяют деталям, потому что их интересуют общие взаимосвязи.

### **Основные трудности**

Синтетики часто испытывают трудности с анализом, выделением опорных моментов в информации, делением материала на смысловые блоки. Обычно таким детям трудно составлять планы или конспекты, некоторые из них составляют план уже после того, как работа написана. Синтетики редко концентрируются на одной проблеме, им свойственно рассматривать ее в широком контексте, во взаимосвязи с другими, соотносить полученные знания с личным опытом и мнениями других. При сдаче ГИА синтетики могут испытывать затруднения, связанные с необходимостью аналитической деятельности и оперирования конкретными фактами.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. Очень важно развивать у синтетиков аналитические навыки, учитывая, что общий ход их деятельности — от общего к частному. При изучении каждой темы важно ее обобщить, выделить основные блоки и наполнить их конкретным содержанием. При работе с тестами синтетиков нужно ориентировать на выявление основного в каждом задании: что здесь является главным, на что стоит обращать внимание в первую очередь?

Во время экзамена. В начале работы синтетикам стоит ознакомиться с материалом в целом: просмотреть имеющиеся задания, бегло ознакомиться с их содержанием. Это поможет им сориентироваться. Синтетикам может помочь составление общего плана деятельности в самом начале работы. Кроме того, на экзамене им важно опираться на умение выделять главное в каждом вопросе.

## **ТРЕВОЖНЫЕ ДЕТИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Для тревожных детей учебный процесс сопряжен с определенным эмоциональным напряжением. Они склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с учебной, как опасную. Особую тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде (контрольная работа, диктанты и т.д.).

Как распознать тревожного ребенка? Эти дети часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное, причем это может и не вести к существенному улучшению качества работы. При устном ответе они, как правило, пристально наблюдают за реакциями взрослого. Они обычно задают множество уточняющих вопросов, часто переспрашивают учителя, проверяя, правильно ли они его поняли.

Тревожные дети при выполнении индивидуального задания обычно просят учителя «посмотреть, правильно ли они сделали». Они часто грызут ручки, теребят пальцы или волосы.

### **Основные трудности**

Ситуация экзамена вообще сложна для тревожных детей, потому что она по природе своей оценочная. Наиболее трудной стороной ГИА для тревожного ребенка является отсутствие эмоционального контакта со взрослым.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. Для тревожных детей особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Ни в коем случае нельзя нагнетать обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей этой категории приводит только к дезорганизации их деятельности.

Задача взрослого — создание ситуации успеха, поощрение, поддержка. В этом огромную роль играют поддерживающие высказывания: «Я уверен, что ты справишься», «Ты так хорошо справился с контрольной по физике».

Во время проведения экзамена. Очень важно обеспечить тревожным детям ощущение эмоциональной поддержки. Это можно сделать различными невербальными способами: посмотреть, улыбнуться и т.д. Тем самым взрослый как бы говорит ребенку: "Я здесь, я с тобой, ты не один». Если ребенок обращается за помощью: «Посмотрите, я правильно делаю?» – лучше всего, не вникая в содержание написанного, убедительно сказать: «Я уверена, что ты все делаешь правильно и у тебя все получится».

## **НЕУВЕРЕННЫЕ ДЕТИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Проблема таких детей в том, что они не умеют опираться на собственное мнение, они склонны прибегать к помощи других людей. Неуверенные дети не могут самостоятельно проверить качество своей работы: они сами себе не доверяют. Они могут хорошо справляться с теми заданиями, где требуется работа по образцу, но испытывают затруднения при необходимости самостоятельного выбора стратегии решения. В подобной ситуации они обычно обращаются за помощью к одноклассникам или родителям (особенно при выполнении домашнего задания).

Такие дети списывают не потому, что не знают ответа, а потому, что не уверены в правильности своих знаний и решений. В поведенческом плане им часто присущ конформизм, они не умеют отстаивать собственную точку зрения. Неуверенные дети часто подолгу не могут приступить к выполнению задания, но достаточно педагогу подсказать им первый шаг, как они начинают работать.

### **Основные трудности**

Неуверенные дети испытывают затруднения во время любого экзамена, поскольку им сложно опираться только на собственные ресурсы и принимать самостоятельное решение. При сдаче ГИА дети испытывают дополнительные сложности, поскольку принципиальное значение там имеет самостоятельный выбор стратегии деятельности, а эта задача для неуверенных детей крайне сложна.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. Очень важно, чтобы неуверенный ребенок получил положительный опыт принятия другими людьми его личного выбора. При работе с такими детьми необходимо воздерживаться от советов и рекомендаций («Сначала реши простые задания, а потом переходи к сложным»). Лучше предложить выбрать ему самому и терпеливо дожидаться, когда он примет решение («Как ты думаешь, с чего лучше начать: с простых или сложных заданий?»).

Во время экзамена. Неуверенного ребенка можно поддерживать простыми фразами, способствующими созданию ситуации успеха: «Я уверен, у тебя все получится», «Ты обязательно справишься». Если ребенок никак не может приступить к выполнению задания, долго сидит без дела, стоит спросить его: «Ты не знаешь, как начать? Как выполнять следующее задание?» – и предложить ему альтернативу: «Ты можешь начать с простых заданий или сначала просмотреть весь материал. Как ты думаешь, что будет лучше?»

Ни в коем случае нельзя говорить тревожным и неуверенным детям «Подумай еще», «Поразмысли хорошенько». Это только усилит их тревогу и никак не продвинет выполнение задания.

## **ДЕТИ, ИСПЫТЫВАЮЩИЕ НЕДОСТАТОК ПРОИЗВОЛЬНОСТИ И САМООРГАНИЗАЦИИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Обычно этих детей характеризуют как «невнимательных», «рассеянных». Как показывает практика, у них очень редко имеют место истинные нарушения внимания. Гораздо чаще «невнимательные» дети — это дети с низким уровнем произвольности. У них сформированы все психические функции, необходимые для того, чтобы быть внимательными, но общий уровень организации деятельности очень низкий. У таких детей часто неустойчивая работоспособность, им присущи частые колебания темпа деятельности. Они могут часто отвлекаться.

### **Основные трудности**

ГИА требует очень высокой организованности деятельности. Непроизвольные дети при общем высоком уровне познавательного развития и вполне достаточном объеме знаний могут нерационально использовать отведенное время.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. Психические функции формируются через наличие внешних опор. Поэтому на этапе подготовки очень важно научить ребенка использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства. Такими средствами могут стать песочные часы, отмеряющие время, нужное для выполнения задания; составление списка необходимых дел (и их вычеркивание по мере выполнения); линейка, указывающая на нужную строчку и т.д. Бесплезно призывать таких детей «быть внимательнее», поскольку это им недоступно.

Во время экзамена. Таким детям требуется помощь в самоорганизации. Это можно сделать с помощью направляющих вопросов: «Ты как?», «Ты сейчас что делаешь?». Возможно также использование внешних опор. Например, ребенок может составить план своей деятельности и зачеркивать пункты или класть линейку на то задание, которое он сейчас выполняет. Важно, чтобы ребенок научился использовать эти опоры на предварительном этапе, иначе на экзамене это отнимет у него слишком много сил и времени.

## **ПЕРФЕКЦИОНИСТЫ (В психологии, перфекционизм — убеждение, что наилучшего результата можно (и нужно) достичь. ) И «ОТЛИЧНИКИ»**

### **Краткая психологическая характеристика**

Дети данной категории обычно отличаются высокой успеваемостью, ответственностью, организованностью, исполнительностью. Если они выполняют задание, они стремятся сделать его лучше всех или быстрее остальных использовать дополнительный материал. Перфекционисты очень чувствительны к похвале и вообще к любой оценке своей деятельности. Все, что они делают, должно быть замечено и высоко оценено. Для таких детей характерен очень высокий уровень притязаний и крайне неустойчивая самооценка. Для того чтобы чувствовать себя хорошими, им нужно не просто успевать, а быть лучшими, не просто хорошо справляться с заданием, а делать это блестяще.

### **Основные трудности**

ГИА для данной категории детей — это тот самый случай, когда верной оказывается поговорка «Лучшее — враг хорошего». Им недостаточно выполнить минимально необходимый объем заданий, им нужно сделать все, причем безошибочно. Еще один возможный камень преткновения для них — это необходимость пропустить задание, если они не могут с ним справиться.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. Очень важно помочь таким детям скорректировать их ожидания и

осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». Им необходимо понять, что для получения отличной оценки нет необходимости выполнять все задания. На предэкзаменационном этапе перфекционистам можно предложить тренировочные упражнения, где им потребуется выбирать задания для выполнения и не нужно будет делать все подряд.

Во время экзамена перфекционисту нужно помочь выбрать стратегию деятельности и реализовать ее. Его можно спросить: «Какие задания ты решил сделать?» и по необходимости тактично вмешаться в его планы. В ходе экзамена можно время от времени интересоваться: «Сколько тебе еще осталось?» – и помогать ему скорректировать собственные ожидания: «Тебе не нужно делать столько. Того, что ты уже выполнил, будет достаточно. Переходи к следующему заданию».

## **АСТЕНИЧНЫЕ ДЕТИ**

### **Краткая психологическая характеристика**

Основная характеристика астеничных детей — высокая утомляемость, истощаемость. Они быстро устают, у них снижается темп деятельности и резко увеличивается количество ошибок. Как правило, утомляемость связана с особенностями высшей нервной деятельности и имеет не столько чисто психологическую, сколько неврологическую природу, поэтому возможности ее коррекции крайне ограничены.

### **Основные трудности**

ГИА требует высокой работоспособности на протяжении достаточно длительного периода времени (3 часа). Поэтому у астеничных детей очень высока вероятность снижения качества работы, возникновения ощущения усталости.

### **Стратегии поддержки**

На этапе подготовки. При работе с астеничными детьми очень важно не предъявлять заведомо невыполнимых требований, которым ребенок не сможет соответствовать: «Некоторые выпускники занимаются с утра до вечера, а ты после двух часов уже устал». Ребенок не притворяется, просто таковы его индивидуальные особенности.

Большое значение приобретает оптимальный режим подготовки, чтобы ребенок не переутомлялся: ему необходимо делать перерывы в занятиях, гулять, достаточно спать. Родителям астеничных детей стоит получить консультацию у психоневролога или невропатолога о возможности поддержать ребенка с помощью витаминов или травяных сборов.

Во время экзамена астеничным детям требуется несколько перерывов, поэтому их не стоит торопить, если они вдруг прерывают деятельность и на какое-то время останавливаются. Им по возможности лучше организовать несколько коротких «перемен» (отпустить в туалет и т.п.).

## **ГИПЕРТИМНЫЕ ДЕТИ (повышенный фон настроения)**

### **Краткая психологическая характеристика:**

- очень быстрые, энергичные, активные;
- импульсивны, порой несдержанны;
- склонны пренебрегать точностью и аккуратностью во имя скорости и результативности;
- сниженная учебная мотивация.

### **Основные трудности:**

- «слабое место» гипертимных детей – собранность, концентрация внимания, тщательность и аккуратность.

### **Стратегии поддержки:**

- необходимо развивать навыки самопроверки: по завершении найти ошибки, самостоятельно проверить результаты выполнения задания;
- необходимо создать у гипертимных детей ощущение важности ситуации экзамена.

### **ЗАСТРЕВАЮЩИЕ ДЕТИ**

#### **Краткая психологическая характеристика:**

- они с трудом переключаются с одного задания на другое
- им требуется длительный ориентировочный период при выполнении каждого задания;
- если их начинают торопить, темп их деятельности еще больше снижается.

#### **Основные трудности:**

- необходимо быстро переключаться с одного задания на другое;
- актуализировать знания из различных разделов школьной программы.

#### **Стратегии поддержки:**

- Научить ребенка пользоваться часами для того, чтобы определять время, необходимое для каждого задания
- Можно заранее определить, сколько времени следует отвести на каждое задание на экзамене.

### **АУДИАЛЫ И КИНЕСТЕТИКИ**

#### **Краткая психологическая характеристика:**

- основная модальность восприятия: аудиальная (слуховая) и кинестетическая (тактильная)

#### **Основные трудности:**

- ГИА имеет исключительно визуальную форму. Это облегчает задачу для визуалов, одновременно усложняя ее для аудиалов и кинестетиков.

#### **Стратегии поддержки:**

- аудиалы могут воспользоваться речью, то есть очень тихо проговаривать задания вслух;
- кинестетики могут помогать себе простыми движениями (например, подвигать ногами под столом).

## **Рекомендации педагогам по работе с выпускниками во время подготовки к экзаменам.**

**Чтобы поддержать учащихся (особенно тревожных) при подготовке и во время ОГЭ необходимо:**

- 1. Принимать индивидуальность подростка. Проявлять веру в него, эмпатию к нему. Демонстрировать любовь и уважение к нему.**
- 2. Поддерживать в нем высокую самооценку, что дает способность принимать самостоятельные решения, совершать обдуманные поступки, помогает не прятаться от трудностей, а преодолевать их, сохраняя свою целостность.**
- 3. Создавать доброжелательную атмосферу на консультациях и во время экзаменов.**

**4. При слишком сильной заинтересованности в результатах, т. е. при избыточной мотивации человек испытывает сильное эмоциональное возбуждение, тревогу, которые могут перерасти в состояние стресса, фрустрации. Поэтому иногда полезно несколько снизить мотивацию, не ставить перед собой сверхзадач и сверхцелей.**

**5. Состояние тревоги и стресса может возникать даже от недостатка информированности по какой-либо проблеме, и неопределенность подобного рода может вводить его в состояние фрустрации. Поэтому необходимо дать наиболее полную информацию, которая ему поможет сориентироваться и организовать себя в подготовке к экзаменам. При знакомстве учащихся с требованиями к ЕГЭ, подойти индивидуально к учащимся тревожным, опираться на их сильные стороны и, наоборот, избегать подчеркивания их промахов.**

6. Проведение консультаций по предмету с тревожными детьми лучше не в форме групповых занятий, а индивидуально, при этом обязательно подбадривать: «Ты обязательно справишься», «У тебя все получится», «Ты все знаешь». Помочь учащимся разбить большие задания на более мелкие, чтобы лучше справиться с ними.

7. Использовать слова поддержки:

- зная тебя, я уверена, что ты все сделаешь хорошо;
- у тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать...
- это серьезный вызов, но я уверена, что ты к нему готов, Исключить слова-разочарования, слова с частицей НЕ.

При волнении голос становится более высоким, и в нем появляются металлические нотки, что увеличивает состояние тревоги.

8. Вербализировать свои чувства. Если педагог говорит учащимся о том, что он тоже волнуется, то:

- это снижает тревожность самого педагога;
- уравнивает детей с педагогами в области чувств, что само по себе снижает тревожность у учащихся;
- выпускник будет более спокойно относиться к напрягающим моментам в поведении педагога.

- внушает уверенность.

Поддерживать контакт с родителями:

- довести до них все требования к ЕГЭ;
- установить совместный контроль за подготовкой (своевременное оказание помощи родителям, при необходимости). Ведь знание информации - это 50% успеха;
- обсуждение (желательно, индивидуальное с тревожными учащимися)
- результатов тренировочных предэкзаменационных работ.
- позволить учащимся самим найти ошибки и оценить свою работу.

10. Эмоционально поддерживать:

- уметь • внести юмор, ценность в успехе
- уверенность в знаниях;
- повышать самооценку.

12. При активной подготовке к экзаменам не использовать уроки физкультуры не по назначению, а полезнее еще добавить физические нагрузки, так как они успокаивающе действуют на возбужденную нервную систему и поэтому являются хорошим «антидепрессантом».

13. Демонстрировать оптимизм. В книге «Кинесиология поведения» доктор Д. Даймонд показал. Как негативные мысли и фразы ослабляют работу мозга, ухудшают деятельность щитовидной железы, поддерживающей иммунитет организма, снижают жизненную энергию организма. Наши мысли, чувства передаются окружающим через выражение лица, жесты, тональность, голос. Так педагог передает учащимся позитивную и негативную энергию. Оптимизм учителя необходим школьникам, так как вера преподавателя в них становится важнейшим источником веры в себя, повышает самооценку, вдохновляет на серьезное отношение к подготовке и самовоспитанию.

14. Помнить про эффект психологического заражения. Статистика говорит о том, что если 10% людей одинаково настроены, то через некоторое время это настроение присутствует у большинства. 10 % от 17 педагога. Также юмор помогает стать учащимся оптимистами.



Юмор смягчает самые жестокие удары судьбы. Но, чтобы шутка не привела к конфликту. Необходимо соблюдать основные психологические правила:

15. Непосредственно перед экзаменами не засыпать подростка рекомендациями, не убеждать его в возможности и необходимости получения отличного результата, требовать тотальной мобилизации всех его сил, а разрядить напряженную человек -1, 7 чел.

16. Внести во взаимоотношение с подростками юмор, как неотъемлемый спутник оптимизма и самый эффективный прием воздействия на учащихся. Педагогу желательно приучить себя всегда, даже в самой напряженной обстановке, видеть комическое, противоречия в поведении учащихся, это - показатель зрелости обстановку шуткой и дать не более одной-двух рекомендаций.

17. Никогда не говорите про учащихся плохо, особенно избегайте приписывать им отрицательные черты - «глупый», «неспособный», «неисправимый» и т. д.

18. Критикуйте поступки, а не личность ребёнка (говорите: «Ты плохо поступил», а не «Ты плохой»).

19. Обращать внимание не только на лиц, с высоким и очень высоким уровнем тревожности, но и на субъектов, отличающихся «чрезмерным спокойствием» (т. е. у которых очень низкий уровень тревожности). Подобная нечувствительность к неблагополучию носит, как правило, защитный характер и препятствует полноценному формированию личности.

20. Показывайте учащимся свою доброжелательность (чаще улыбайтесь, будьте вежливы и т. д.), делайте акцент на положительных поступках учащихся (меньше ругайте, чаще хвалите).

21. Обеспечить реальный успех в какой-либо деятельности. Необходимо найти деятельность, в которой ребёнок сумеет проявить себя (рисование, игры, вышивание, спорт и т. д.). Если нет реальных достижений, их придётся создавать искусственно, например, научить ребёнка собирать гербарий, или дать ребёнку определённую должность (поручение) в классе с мнением которой должны будут считаться окружающие. Главное, не сам успех в деятельности, а реакция на него окружающих. Они должны быть убеждены, что все успехи постоянны, а неудачи - временны. взаимодействовать с учащимися.

**Успеха вам в вашей работе, коллеги!**