

**Бучач**

**2018**

Укладач : Базишин В. А., практичний психолог Трибухівської ЗОШ І-ІІІ ст., Гойда О.І, практичний психолог Бучацької ЗОШ І-ІІІ ст.№3,

Гудз Л. А., практичний психолог Бучацької ЗОШ І-ІІІ ст.№1,

Заремба Г. І., практичний психолог Переволоцької ЗОШ І-ІІІ ст., Олійник Р. І., практичний психолог Бучацького ліцею,

Пиж Л. С., практичний психолог Жизномирської ЗОШ І-ІІІ ст.

Рецензент: Хоміцька Наталія Василівна – завідувач психолого-медико-педагогічної консультації відділу освіти, молоді та спорту Бучацької РДА

Методичний посібник, 2017 с.- 78

До посібника увійшли теоретичні матеріали, програма психолого – педагогічного супроводу випускників школи під час підготовки та участі в зовнішньому незалежному оцінюванні.

Адресована практичним психологам, педагогам.

**ЗМІСТ**

Вступ ………………………………………………………………………… 4

Напрямки роботи практичного психолога під час підготовки до ЗНО…. 6

Робота з педагогічними працівниками…………………………………… 13

Робота з батьками …………………………………………………………..23

Робота з випускниками …………………………………………………… 36

Програма психолого – педагогічного супроводу випускників школи під час підготовки та участі в зовнішньому незалежному оцінюванні……………. 46

Висновки …………………………………………………………………… 71

Список використаних джерел …………………………………………….. 73

Додатки …………………………………………………………………….. 74

**ВСТУП**

*Зовнішнє незалежне оцінювання* — це реальність нашого освітнього простору. В педагогічних колах проблеми та перспективи, пов’язані із зовнішнім незалежним оцінюванням (ЗНО), сьогодні широко обговорюють. Нині проблема методичного супроводу предметної підготовки до ЗНО достатньо висвітлена, тоді як психологічний компонент такої підготовки залишається мало розробленою сферою психолого-педагогічної теорії та практики.

*Тестування*– це серйозне психологічне випробування тому завдання школи і вчителів допомогти учням психологічно налаштувати учнів на успіх, ознайомити з правилами проходження ЗНО, допомогти в підготовці до тестування.

Для психолога важливіше не те, наскільки переконання учасників ЗНО об’єктивно відображають реальну картину тестування, а емоційні установки випускників та їхніх батьків. Тому основною його метою є організація та впровадження різних форм роботи з усіма учасниками навчально-виховного процесу щодо розвіювання негативних переконань , яка склалася в учнів, батьків та педагогів щодо процедури ЗНО. А очікуваним результатом поперджувально-просвітницької, розвивальної роботи буде формування позитивного ставлення до зовнішнього незалежного оцінювання.

1. Поняття «психологічна готовність до зно»

Поняття «готовність до ЗНО» можна розкрити через такі структурні компоненти:

* пізнавальний ;
* особистісний;
* процесуальний.

«Готовність до ЗНО»

|  |  |
| --- | --- |
| *Компонент* | *Показники готовності* |
| Пізнавальний | Висока мобільність, здатність переключатися на інший вид діяльності; високий рівень організації діяльності; висока та стійка працездатність; високий рівень концентрації уваги, довільності; структурованість мислення; сформованість внутрішнього плану дій. |
| Особистісний | Наявність сформованого уявлення про ЗНО, адекватного реальності; адекватна самооцінка; самостійність мислення та дії. |
| Процесуальний | Знайомство з процедурою ЗНО (перегляд відеострічки, пробне тестування); навички роботи з тестовими матеріалами; вміння встановлювати контакти у незнайомій ситуації зі сторонніми людьми. |

2. Етапи діяльності психологічної служби щодо готовності старшокласників до зно.

*Діяльність психологічної служби щодо підтримки учасників навчально-виховного процесу в період державної атестації має такі етапи:*

* діагностичний,
* мотиваційний,
* організаційно-методичний,
* аналітичний.

*Діагностичний етап* — психолог формує діагностичний банк даних, проводить діагностичні обстеження для визначення ступеня знайомства учасників НВП із процедурою проведення ЗНО, визначає рівень тривожності (методики самооцінки Ч. Спілберга та О. Ханіна; тест кольорового вибору М. Люшера; самооцінка психічних станів Г. Айзенка тощо). Особливу увагу слід звертати на дітей групи ризику: «правопівкульні» діти, тривожні та невпевнені, з браком довільності та самоорганізації, перфекціоністи й «відмінники», астенічні та гіпертимні, такі, що «застрягають».

*Мотиваційний етап* — формування у школярів смислотворчих мотивів інтелектуальної діяльності через актуалізацію ролі ЗНО та посилення бажання виробляти власний стиль поведінки у стресовій ситуації. На початку етапу проводиться аналіз діагностичних досліджень та ознайомлення педагогів, батьків, учнів із результатами. Далі визначте шляхи й напрями роботи психологічної підготовки до ЗНО. Однією з таких форм є тренінг для старшокласників.

*Організаційно-методичний етап* — у співпраці з адміністрацією навчального закладу визначте тематику психолого-педагогічних семінарів, педрад. З учнями проведіть тренінгові заняття, тематичні консультації, дайте рекомендації всім учасникам навчаль но-виховного процесу та батькам, проведіть інформаційні семінари, групові й індивідуальні консультації.

*Аналітичний етап* — аналіз результатів діяльності психологічної служби у сприянні підготовці учнів до ЗНО.

*Дії психолога:*

• визначення проблем для подальшого узгодження діяльності соціально-психологічної служби та педагогічного колективу;

• узагальнення досвіду роботи соціально-психологічної служби щодо психологічної підготовки учасників навчально-виховного процесу до ЗНО.

Психологічний супровід підготовки до зовнішнього незалежного оцінювання полягає у психолого-педагогічній підтримці учнів,батьків в період підготовки і проведення зовнішнього незалежного оцінювання, у психологічній просвіті всіх учасників навчально-виховного процесу (педагогів, батьків, учнів) щодо особливостей проходження ЗНО.

*Завдання психологічного супроводу:*

► Визначити напрями психологічної роботи з випускниками по роботі із зняття напруги і зменшення страху перед тестуванням;

► Відпрацювати систему занять із випускниками в період підготовки до ЗНО;

► Охопити всіх учасників навчально-виховного процесу під час підготовки до ЗНО психологічним супроводом ;

► Формування навичок саморегуляції, самоконтролю учнів, підвищення упевненості в собі, своїх силах;

► Зниження рівня тривожності в учасників тестування.

Абсолютно очевидно, що перед психологами, педагогами та батьками постає проблема охорони психічного здоров'я школярів, для вирішення якої необхідна система заходів, що передбачає створення стабільної сприятливої атмосфери, зменшення ймовірності виникнення стресових ситуацій і підвищення функціональних можливостей школярів.

**Крім того, психолог може допомогти у виробленні індивідуальної стратегії діяльності для кожного старшокласника.**

**Напрямки роботи практичного психолога під час підготовки до ЗНО**

Ситуація тестування з самого початку стресовою для випускника. Екзаменаційний стрес починається тоді, коли учень усвідомлює, що він буде складати тести. Отже, робота із профілактики стресу має починатися задовго до тестування. Діяльність практичного психолога із здійснення психологічного супроводу випускників їх батьків при їх підготовці до ЗНО має відображатися в його річному плані роботи.

***Робота з учнями.***

У напрямку діагностики вивчається рівень тривожності, схильності до стресу, наявність нервово-психічної напруги, рівня стресостійкості учнів.

За результатами діагностики надаються консультації стосовно методів саморегуляції – управління своїми діями, емоціями; ефективного планування часу, самоорганізації.

В напрямку корекції передбачається робота з профілактики екзаменаційного стресу та з розвитку пізнавальних процесів.

***Робота з батьками учнів.***

Психологічна просвіта з питань вікових особливостей старшокласників та особливостей протікання екзаменаційного стресу може реалізуватися через семінари для батьків, оформлення стіннівок, бюлетенів, пам’яток із конкретними рекомендаціями, виступи на батьківських зборах,.

Діагностикою охоплюються особливості сімейного виховання, стиль спілкування в сім’ї, які можуть впливати на рівень тривожності учнів випускних класів.

Консультації для батьків передбачають надання допомоги щодо планування часу, самоорганізації, саморегуляції. Оскільки батьки є потужним мотиваційним чинником для старшокласників, то у розвивальній роботі з батьками слід приділяти увагу розвиток навичок ефективного спілкування з дитиною. **психологічний стрес випускник передекзаменаційний**

***Робота з педагогами школи.***

Просвіта вчителів має включати питання профілактики стресу, вікових особливостей юнаків, навчання ефективній взаємодії з учнями на уроці.

Консультативна робота з педагогами передбачає надання допомоги у розв’язанні конкретних проблем на уроці, тих проблем, які стосуються особливостей навчальної діяльності учнів.

Отже, у діяльності практичного психолога із супроводу при підготовці до ЗНО слід враховувати:

* постановку завдань;
* їх реалізацію через доступні працівникам психологічної служби форми і методи.

**Список використаних джерел**

1. Гін А. Прийоми педагогічної техніки. Луганськ, 2004.
2. Калошин В. Ф. Стрес у педагогічній діяльності. Харків, 2008.
3. Диагностика школьной дезадаптации/ Под ред. С.А.Беличевой. М.:Педагогика, 1993.
4. Рогов С. И. Настольная книга практического психолога. М.: Просвещение, 1995.
5. Матеріали програми МОН України /ПРООН/ЮНЕЙДС «Сприяння просвітницькій роботі «рівний-рівному» серед молоді України щодо здорового способу життя» . Київ, 2001.
6. Коган Б. М. Стрес и адаптация. М.: Знание, 1980
7. Крижанська  Ю.С., Третяків  В.П. Граматика спілкування. Л., 1990.  
   Лабіринти психології. Під ред. С.В. Трушкової. М.: Вид. відділ УНЦ ДО МГУ, 1996.
8. Марасанов Р.  І. Социально-психологичеський тренинг. М., 1998.
9. Хлебнікова Т.М. Ділова гра як метод активного навчання педагога. – Х.: Основа, 2003.
10. Дацунова С. «Емоційна готовність до зовнішнього тестування. Тренінг для старшокласників», газ. «Психолог», №6, 2010.
11. Зайченко М. « ЗНО – ми впевнені в собі. Гра», газ. «Психолог», №16, 2010.
12. Кузьміна Т. «Як навчитись складати іспити?», газ. «Психолог», №25 – 27, 2009.
13. Отрощенко Н. « Підготовка до ЗНО. Практичні рекомендації», газ. «Психолог», №34, 2009.
14. Дузенко Т. « Як подолати стрес?», газ. «Психолог», №47, 2009.
15. Квітко В. « Психологічна підготовка до ЗНО», газ. «Психолог», №9, 2010.