

Психологическая подготовка выпускников 9 классов к ОГЭ.

Познавательные трудности связаны в первую очередь с недостаточным объемом знаний или недостаточной степенью их усвоения и систематизации, недостаточным развитием общеучебных навыков. Среди психических функций, играющих важную роль в преодолении этих трудностей, выделяются высокая мобильность, переключаемость, хорошая организация деятельности и устойчивая работоспособность, высокий уровень концентрации и произвольности внимания, четкость мышления и сформированный план действий.

Личностные трудности связаны с недостаточным представлением о самой процедуре экзамена, отсутствием поддержки со стороны взрослых, самостоятельности, что может приводить к повышенному уровню тревожности, наличию предрассудков о ОГЭ, неадекватной самооценке.

Процессуальные трудности связаны с отсутствием четкой структуры действий, поскольку сама процедура сдачи ОГЭ неизвестна.

Процессуальный компонент мы рассматриваем с точки зрения знаний ребенка о процедуре предстоящего экзамена (ОГЭ). Поскольку ОГЭ отличается от традиционного экзамена тем, каким образом нужно заполнять бланки, самой процедурой организации времени и типом заданий (тест, вопросы с кратким ответом, открытые вопросы-эссе), то незнание процедуры может повышать тревожность ребенка в несколько раз.

Познавательный компонент мы рассматриваем с точки зрения умения ребенка работать с различной информацией, что предполагает наличие высокого уровня внимания, развитой логики и памяти. Внимание крайне важно при выполнении письменных заданий, тем более в тестовой форме. Логика помогает не только связно выразить мысли в вопросах, требующих развернутого ответа, но и может помочь в случае затруднений при выборе тестовых ответов (выбрать наиболее вероятный ответ, если не знаешь правильного). Память в большей степени помогает в подготовке к экзамену, когда ребенок усваивает материал, а также помогает оперировать информацией, полученной непосредственно на экзамене.

Личностный компонент представлен тремя личностными характеристиками: интроверсия, организованность и эмоциональная стабильность. Интроверсия в данном случае рассматривается нами как способность сосредоточенно и самостоятельно работать с материалом, а не надеяться на помощь других, тем более что в условиях ОГЭ поддержки и помощи от окружающих ждать не приходится. Организованность помогает планировать свое время, строить четкий план действий на экзамене, выбирать индивидуальную стратегию решения заданий. Правильно спланированное время позволяет не только снизить тревожность, но и снизить вероятность опусок, ошибок по невниманию, а также поможет сделать больше заданий, что повысит вероятность успеха. Эмоциональная стабильность – эта та черта, которая является необходимой на любом экзамене. О снятии тревожности пишут практически все психологи, которые затрагивают тему рекомендаций по подготовке к ОГЭ. Это ключевая черта.

Таким образом, более успешно сдают экзамен по математике те, кто осведомлен о процедуре экзамена, уверен в себе, готов работать самостоятельно и собранно, не отвлекаться по сторонам, внимательно заполнять бланки и читать задания, правильно планируя свое время для их выполнения, а также умеет логически рассуждать.

Что же делать тем, кто любит общаться с другими людьми и стремиться к контактам с другими, кто не стремится составлять распорядок дня и планировать свое время заранее, кто любит спонтанность и активный образ жизни или часто переживает по различным поводам, волнуется перед сдачей экзамена? Неужели они не смогут сдать успешно экзамен, «обречены» его провалить? Вовсе нет. Полученные нами результаты говорят лишь о том, к чему стоит стремиться, какой стиль поведения в ситуации экзамена ОГЭ в большей степени способствует успешной сдаче экзамена. Ведь если у человека есть проблемы с логикой или вниманием, то эти способности можно развивать. А если стиль поведения школьника не похож на получившийся, то это говорит о том, что ему придется потратить больше времени при подготовке к экзамену и освоить новые для него стратегии поведения на экзамене, которые помогут успешно преодолеть этот этап в обучении. Конечно, не стоит превращаться в интроверта и совсем отказываться от общения с другими людьми: лишь на время экзамена предстоит стать другим (ой), иначе говоря, вести себя по другому, применяя те самые успешные **стратегии поведения** при сдаче ОГЭ. В этом могут помочь и различные тренинговые программы (например, потренировать свое внимание в присутствии других людей). Вы можете освоить стратегии управления своими эмоциями, тревогой во время экзамена или научиться правильно распределять время, чтобы успеть решить задания, проверить их, а не тратить кучу времени на решение одной сложной задачи, когда остальные еще даже не прочитаны. А возможно, стоит ориентироваться на программы подготовки к ОГЭ, в которые включены не только знания предмета, но и основы психологической подготовки (например, курсы)