

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
Балаковский инженерно-технологический институт –
филиал НИЯУ МИФИ

СОЦИОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ВЫПУСКНЫХ КЛАССОВ КАК НАПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Выпускная квалификационная работа
студентки направления подготовки
«Социальная работа», группы СОЦР – 5з
Крошиной Веры Алексеевны

Балаково 2019

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ.....	6
ГЛАВА 2. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ АДАПТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ К ОСНОВНОМУ ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЭКЗАМЕНУ И ЕДИНОМУ ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЭКЗАМЕНУ	18
ГЛАВА 3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ К ОГЭ и ЕГЭ И ПУТИ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.....	28
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	47
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	51
ПРИЛОЖЕНИЕ	

ВВЕДЕНИЕ

Модернизация российского образования, включение его в единое европейское образовательное пространство предусматривает всестороннее развитие личности. В связи с этим одной из актуальных задач отечественной системы образования становится создание условий для личностного развития каждого ребенка, способного в будущем к творческой самореализации, решению жизненных проблем с использованием приобретенных знаний, умений и навыков, адекватному реагированию на вызовы современной цивилизации. Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования, принятые в 2009-2010 гг., вызвали совершенствование содержания образования, методов обучения и определили нацеленность на достижение качественно новых результатов образовательной деятельности. Это актуализировало проблему социально-педагогической готовности и социопсихологической адаптации детей к школьному обучению на всех его этапах, готовности к государственной итоговой аттестации в формате Основного государственного экзамена (ОГЭ) и Единого государственного экзамена (ЕГЭ), поскольку эти факторы во многом определяют личностную и образовательную успешность школьника.

Исследователи (Е.А. Серегина, М.Ю. Чибисова), констатируя стрессовый характер школьного обучения, утверждают, что введение Государственной итоговой аттестации в формате ОГЭ И ЕГЭ явилось для выпускников основной и средней школы не просто дополнительным стрессовым фактором, но и стало основной причиной тревожности старших школьников в целом. Это связано с тем, что при подготовке к экзаменам идет увеличение не только учебной нагрузки, но увеличивается и психологическая нагрузка старшеклассников. Этому способствуют несколько факторов: чувство страха за результат экзамена, так неуспешное прохождение испытания сказывается на дальнейшем моделировании жизни, заставляет

вносить коррективы в жизненные планы старшеклассников; давление со стороны учителей и родителей, требующих от школьников высоких баллов; стрессогенный характер самой процедуры экзамена. Поэтому необходимость поиска и внедрения эффективных условий, средств и технологий, развивающих адекватную социально-психологическую готовность к обучению, оптимизирующих процесс адаптации к ГИА, в целом обеспечивающих успешность учащегося в условиях образовательного пространства школы, является весьма актуальной. Если школьник не готов психологически к процедуре экзамена, то даже при наличии у него необходимого запаса знаний, умений и навыков, уровня интеллектуального развития ему трудно будет совладать с собою на экзаменационном испытании и получить высокие баллы. Ведь не всегда высокий уровень интеллектуального развития совпадает с личностной готовностью школьника продемонстрировать свои знания в условиях педагогического испытания.

Все вышеперечисленное позволило выделить и сформулировать проблему, объект, предмет, цель и задачи исследования, связанные с выявлением сложностей адаптации к ГИА и разработкой авторской программы эффективной социально-психологической адаптации школьников к экзаменам.

Целью выпускной квалификационной работы явились разработка и внедрение авторской программы, направленной на оптимизацию социально – психологической адаптации старшеклассников к ОГЭ и ЕГЭ.

Задачи работы:

- рассмотреть специфику социально-педагогической деятельности в школе;
- изучить нормативно-правовую базу социально-педагогической работы;
- изучить имеющийся опыт адаптации старшеклассников к ГИА;

- провести социопсихологическое исследование по заявленной проблеме;
- проанализировать результаты, полученные в ходе исследования;
- разработать программу адаптации старшеклассников к прохождению ГИА;
- выявить преимущества и недостатки предлагаемой авторской программы.

Объектом выпускной квалификационной работы является социально-педагогическая работа

Предмет исследования – социопсихологическая адаптация старшеклассников к Государственной итоговой аттестации.

В ходе выполнения выпускной квалификационной работы была выдвинута следующая гипотеза: реализация специально разработанной программы адаптации школьников к итоговой аттестации позволит улучшить показатели социально-психологической готовности обучающихся к выпускным экзаменам.

Методы исследования выпускной квалификационной работы: анализ научной и научно-методической литературы, нормативно-правовой документации, изучение и обобщение отечественного опыта работы, наблюдение, анкетирование, эксперимент.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что осуществлен комплексный анализ особенностей и содержания социально-педагогической работы в школе, проанализированы актуальные практики социально-педагогической школьной адаптации.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в разработке и апробации авторской социально-педагогической программы сопровождения процесса адаптации старшеклассников к ГИА. Представленная в работе программа по итогам апробации может быть рекомендована к реализации социальными педагогами, психологами, классными руководителями и учителями-предметниками в учреждениях

общего образования.

ГЛАВА 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Ведущая роль в становлении личности подрастающего поколения долгое время в нашей стране традиционно отводилась школе. Однако в конце XX – начале XXI вв. в связи со сменой идеологических парадигм, интересов семьи и общества, экономическими кризисами, социальной нестабильностью ослабла роль общеобразовательной школы в формировании личности, и главную задачу школы видели в хорошем обучении детей и подростков, полагая, что хорошо обученный человек автоматически становится воспитанным и подготовленным для жизни в обществе. Социально-педагогическая работа при этом в школах практически отсутствовала. Безусловно, школа дает прежде всего образование, знания, обучает умениям и навыкам. Однако анализ результатов такого обучения показал, что в новых условиях роль школы по формированию личности школьников должна не снижаться и ликвидироваться, а значительно усиливаться: в учебно-воспитательном процессе важное место занимает социализация личности. Причем с каждым годом к школе предъявляется все больше требований в этом направлении. В учреждениях образования обозначился новый вид педагогической деятельности – социально-педагогический. Новый стандарт общего образования, меняя образовательную ситуацию в целом, рассматривает социально-педагогическую деятельность в образовательных учреждениях как обязательный компонент образовательного процесса¹.

В данной выпускной квалификационной работе под социально-педагогической деятельностью мы понимаем профессиональную

¹ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (с изменениями на 18 мая 2015 года) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/nachalnaya-shkola/fgos/fgos-noo-s-izmeneniyami-na-18-maya-2015-goda.html>, свободный (дата обращения 03.05. 2019).

деятельность, направленную на оказание помощи школьнику в процессе его социализации.

В школах социально-педагогическая работа осуществляется как социальными педагогами, так и в рамках своих полномочий всеми классными руководителями, учителями образовательного учреждения.

Социально-педагогическая работа в школе строится на основе комплекса законодательно-правовой документации. Социальный педагог, классный руководитель, учитель должны руководствоваться комплексом документов².

² Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/, свободный (дата обращения 04.04.2019); Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/, свободный (дата обращения 06.04.2019); Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_120805/, свободный (дата обращения 06.04.2019); Всемирная декларация об обеспечении выживания и защиты интересов ребёнка (Принята на Всемирной встрече на высшем уровне в интересах детей, Нью-Йорк, 30 сентября 2000 г.) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/decl_child90.shtml, свободный (дата обращения 10.04.2019); Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 29.05.2019) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/, свободный (дата обращения 10.04.2019); Федеральный закон от 24.07.98 N 124-ФЗ (последняя редакция с изменениями на 27 декабря 2018 года) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.zakonprost.ru/zakony/o-pravah-rebenka>, свободный (дата обращения 12.04.2019); О социально-педагогической работе с детьми (методическое письмо Министерства образования РФ № 61/20-11 от 27 февраля 1995 г.) (Подготовлено во исполнение решения коллегии Министерства образования Российской Федерации «О практике социально-педагогической работы в России и перспективах ее развития» от 27 октября 1993 г. № 19). – URL: <http://pandia.ru/text/80/400/907.php>, свободный (дата обращения 11.04.2019); Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018г.) [Электронный ресурс]. – URL: <https://fzакон.ru/laws/federalnyu-zakon-ot-29.12.2012-n-273-fz/>, свободный (дата обращения 11.04.2019); Об образовании в Саратовской области: закон Саратовской области от 28 ноября 2013 г. № 215-ЗСО (с изм. на 18.10.2017г.) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.consultant.ru/>, свободный (дата обращения 12.04.2019); Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/55071318/>, свободный (дата обращения 10.04.2019); Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (с изменениями на 18 мая 2015 года) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/nachalnaya-shkola/fgos/fgos-noo-s-izmeneniyami-na-18-maya-2015-goda.html>, свободный (дата обращения 03.05.2019).

Конституция Российской Федерации в ст. 7 установила принцип социального государства, политика которого направлена на создание условий, обеспечивающих достойную жизнь и свободное развитие человека.

Одновременно с этим ст. 39 гарантировала каждому социальное обеспечение по возрасту, в случае болезни, инвалидности, потери кормильца, для воспитания детей и в иных случаях, установленных законом.

Конституция закрепляет базовые принципы, которые детализируются и конкретизируются в нормах отраслевого законодательства³.

Социально-педагогическая работа (деятельность) имеет следующие характеристики.

³ Так, в частности, ч.4 ст.65 Семейного кодекса РФ закрепила право родителей на оказание им содействия в предоставлении семье медицинской, психологической, педагогической, юридической, социальной помощи. Это положение раскрывается в Федеральном законе от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации», который регулирует правовые, организационные и экономические основы социального обслуживания граждан в Российской Федерации; полномочия федеральных органов государственной власти и полномочия органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере социального обслуживания граждан; права и обязанности получателей социальных услуг; права и обязанности поставщиков социальных услуг, а также устанавливает систему социального обслуживания РФ.

В Федеральном законе от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» закреплены следующие нормы, касающиеся социальной адаптации и социальной поддержки обучающихся: в п.1 ч.5 ст.5 определяется обязанность создания необходимых условий для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья, для коррекции нарушений развития и социальной адаптации; в п.12 ст.8 к полномочиям органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования отнесена организация предоставления психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, своем развитии и социальной адаптации; в ч.2 ст.27 указано на необходимость наличия в структуре образовательной организации психологических и социально-педагогических служб, обеспечивающих социальную адаптацию и реабилитацию нуждающихся в ней обучающихся, и иные предусмотренные локальными нормативными актами образовательной организации структурные подразделения. Ст. 34 закрепляет основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования, в том числе, на получение социально-педагогической и психологической помощи, бесплатной психолого-медико-педагогической коррекции; а ст.42 полностью посвящена психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.

Социально-педагогическая деятельность всегда адресная. Это проявляется в том, что она направлена на конкретного учащегося и решение его проблем, возникающих в процессе социализации, посредством изучения личности школьника и его среды, составления индивидуальной программы помощи.

Социально-педагогическая работа предполагает организацию соответствующего вида воспитательно-образовательной ситуации на основе соответствующей диагностической, а также проектной работы социального педагога. Процесс социально-педагогической деятельности представляет собой совокупность всех операциональных действий, которые совершают его соучастники.

Таким образом, сущность социально-педагогической деятельности заключается в создании условий, которые помогут школьникам успешно пройти социализацию и все ее этапы, обеспечении диагностической, консультативной помощи, организации социально-педагогической профилактики и реабилитации, помощи соответствующих специалистов, культурно-просветительской работе, предотвращении дезадаптации, школьников.

Представим те виды деятельности, которые являются основополагающими в социально-педагогической работе в образовательной организации. К ним, как правило, относятся:

- диагностическая работа (проведение социальной паспортизации классов, школы, учащихся «группы риска», семей учащихся, микрорайона школы и т.д.);
- просветительская работа (проведение классных часов, лекций, семинаров; выступления на методических объединениях, педсоветах, родительских собраниях; подготовка информационных материалов (буклеты, стенды и др.);
- профилактическая и коррекционно-развивающая работа (выявление и сопровождение учащихся «группы риска» и их семей; участие в работе

Совета профилактики; организация мероприятий по профилактике зависимостей и т.д.);

- организационно-методическая работа (ведение документации; разработка программ коррекционно-развивающей и профилактической работы; повышение квалификации; участие в работе научно-практических семинаров, конференций, совещаний и методических объединений и т.д.);

– консультативная и экспертная работа (анализ уроков; консультирование учителей в проведении различных мероприятий для учащихся и родителей; участие в консилиумах, комиссиях, административных совещаниях; представление интересов обучающихся в органах опеки и попечительства, суде и других организациях; участие в работе экспертных групп по аттестации педагогических работников и др.).

О возрастающей роли социально-педагогического направления работы в школе свидетельствует появившийся несколько лет назад, но уже ставший актуальным термин «социально-педагогическое сопровождение» образовательного процесса. Оно предусматривает сочетание своевременной социальной и педагогической помощи детям и подросткам и системы корректирующих воздействий на школьника с учетом изменений, происходящих в процессе развития личности учащегося.

Одно из направлений социально-педагогической деятельности школе – работа с семьей обучающегося. Взаимодействуя с семьей, социальный педагог и учитель решают ряд задач:

- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- вовлечение родителей в эффективные образовательные отношения;
- обеспечение социально-правовой защиты обучающихся;
- социально-педагогическая профилактика и коррекция⁴.

⁴ Для каждой из указанных задач в работе с семьей обучающегося можно обозначить содержание социально-педагогической деятельности.

Одной из основных задач социально-педагогической работы в школе является оказание помощи в успешной адаптации школьников к образовательной среде на всех этапах обучения.

Адаптация – процесс приспособления человека к условиям социальной среды. Успешная социализация и социальная адаптация детей возможна при взаимодействии положительной среды и положительной личности, то есть у личности должны быть сформированы ценностные ориентации и устоявшиеся взгляды. Первостепенными субъектами формирования положительной среды и личности выступают семья, система образования, учреждения социальной защиты, создавая условия для воспитания, обучения, ведущие к раскрытию потенциала школьников и поддерживая их в нужную минуту.

Психолого-педагогическое просвещение родителей осуществляется на родительских собраниях, лекториях и других просветительских мероприятиях, где рассматриваются вопросы семейного воспитания; в процессе консультирования по преодолению трудной жизненной ситуации, возникшей в семье.

Вовлечение родителей (законных представителей) в эффективные образовательные отношения предполагает информирование родителей (законных представителей) об особенностях организации учебно-воспитательного процесса в школе, правах и обязанностях учащихся и их родителей; консультирование по этим вопросам; уведомление родителей (законных представителей) о нарушении ребенком дисциплины в образовательном учреждении, проведение разъяснительной работы с ними; организацию совместной социально значимой деятельности и досуга учащихся, родителей и педагогов; обеспечение участия родителей в управлении образовательной организацией.

Задача обеспечения социально-правовой защиты обучающихся требует выявить семьи учащихся, которым необходима соцзащита; проводить социально-педагогического консультирования родителей (законных представителей) по вопросам оформления различных льгот, защиты прав и интересов участников образовательного процесса в различных инстанциях.

На решение задачи социально-педагогической профилактики и коррекции направлены организация и проведение родительских собраний, семинаров по вопросам профилактики девиантного поведения школьников; социально-педагогическая паспортизация семей учащихся группы риска; их социально-педагогический мониторинг и патронаж; работа с родителями (законными представителями) учащихся, состоящих на различных видах учета; разъясняющая работа с родителями (законными представителями), жестоко обращающимися с детьми, своевременное информирование социальных служб о социально-опасном положении школьника.

Школьная адаптация в целом имеет несколько составляющих:

- 1) организационную – приспособление ребенка к новой системе требований, правил, режиму дня, обязанностям, статусу;
- 2) учебно-мотивационную – принятие определенной жизненной позиции, выполнение общественно значимой учебной деятельности;
- 3) социальную – формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися и учителем;
- 4) личностную – принятие ребёнком самого себя как школьника, формирование положительной самооценки.

Д. Б. Эльконин, говоря о школьной адаптации, указывает на то, что систематическое обучение в школе имеет свои особенности: с поступлением в неё ребёнок начинает осуществлять общественно значимую и общественно оцениваемую деятельность – учебную. Также исследования показывают, что организованное школьное обучение предполагает обязательное выполнение установленных для всех одинаковых правил и требований, которых придерживаются ученики в школьной среде.

В школьный период учащиеся проходят адаптацию не один раз. Первоклассники адаптируются к школе как таковой, к новой для них деятельности, коллективу. Пятиклассникам приходится адаптироваться в связи с завершением обучения в начальном звене школы, переходя в средние классы. Здесь они сталкиваются со сменой классного руководителя, с появлением новых учебных дисциплин, с тем, что у них даже по основным предметам школьного курса разные учителя. Кроме того, в некоторых школах практикуется перераспределение по классам после окончания начальной школы. То есть пятиклассникам необходимо адаптироваться в новом коллективе. Все это становится объектом внимания социального педагога, психолога, классного руководителя.

В восьмом классе начинается предпрофильная подготовка учащихся, в связи с чем происходит реформирование составов классов. Формирование новых коллективов иногда осложняется тем, что одном классе оказывается

несколько человек, которые были лидерами в своих прежних классах. Социальному педагогу, психологу, классному руководителю необходимо не допустить формирования внутри класса отдельных групп, у каждой из которых будет свой лидер: такая ситуация приводит к нездоровой обстановке в классном коллективе.

В десятом классе школьники проходят через еще одну адаптацию к новому коллективу. Десятые классы формируются из выпускников основной школы путем создания профильных классов. Кроме того, дети зачисляются на конкурсной основе, приходят в десятый класс учащиеся не только из разных девятых классов одной школы, но и из других школ. Социальному педагогу и классному руководителю приходится формировать коллектив.

Школьная адаптация подразумевает прежде всего состояние соответствия выполняемой учебной деятельности внутренним характеристикам ученика на протяжении всего обучения, при этом проблема адаптации является наиболее актуальной именно в переходные периоды⁵. Успешность ребенка в его дальнейшей учебной деятельности напрямую зависит от того, насколько он сможет приспособиться к школьному обучению.

Социально-педагогическая работа в старших классах школы имеет свои особенности.

Старшеклассники оказываются перед профессиональным самоопределением.

Участие в профориентации и помощь учащимся в обоснованном выборе профессии – одна из важнейших сторон социально-педагогической работы. Социальному педагогу и психологу необходимо выявить интересы, склонности школьников, первичные профессиональные предпочтения и их динамику; мотивацию выбора и

⁵ Ахутина, Т. В. Нейропсихология индивидуальных различий детей как основа использования нейропсихологических методов в школе / Т.В. Ахутина // 1-я междунар. конф. памяти А. Р. Лурия : сб. докл. / под ред. Е. Д. Хомской, Т. В. Ахутиной. – М., 1998. – С. 201–208.

ее структуру, помочь школьникам установить реальный уровень притязаний, структуру способностей; жизненный стиль, возможную цену деятельности (конфликтность, напряженность, тревожность, потенциальные возможности и их реализация, устойчивость и настойчивость, целеустремленность и т.д.); помочь в осуществлении первичного профотбора; определить степень соответствия профиля личности и профессиональных требований, вносить коррективы в профнамерения учащихся; проводить занятия с учащимися.

В выпускных классах школы учителя, социальный педагог и психолог решают сложную задачу сопровождения адаптации обучающихся к Государственной итоговой аттестации (ГИА) в форме Основного государственного экзамена в девятом классе (ОГЭ) и Единого государственного экзамена в одиннадцатом классе (ЕГЭ).

Интенсивная умственная и эмоциональная нагрузка старшеклассников ведет к физическим и интеллектуальным перегрузкам. Итоговая аттестация за курс основного общего образования, реализующаяся в форме ОГЭ, и за курс средней школы, реализующаяся в формате ЕГЭ, – дополнительный стрессовый фактор. Плохое развитие навыков самоорганизации и саморегуляции приводит к психологическому дисбалансу (растерянность, нервозность, суетливость, всплеск личностной и ситуативной тревожности), что влечет за собой ухудшение соматического состояния учащихся и торможение процесса развития личности. У многих детей такое состояние сопровождается физическим недомоганием, нарушением физиологических процессов, отсутствием желания посещать школу. Это в свою очередь может привести к снижению результатов тестирования. Сохранение психологического здоровья учащихся – одна из целей социально-психологической службы школы. Очень важно помочь определиться с выбором предметов для сдачи необязательных экзаменов. Для учащихся одиннадцатых классов это необходимо для поступления в вуз, для

девятиклассников – для зачисления в десятый класс: десятые классы в школах профильные, и зачислить туда могут только тех, кто сдал соответствующие экзамены. Важно создать такие условия, которые перенаправили бы вектор влияния трудностей из негатива в позитив, то есть преодоление трудностей способствовало бы благоприятному протеканию адаптации старшеклассников к ГИА.

Осознание реальных проблем адаптации школьников социальным педагогом, учителем и родителями должно привести к эффективной совместной социально-педагогической деятельности. Социальное развитие реализуется во взаимодействии детей и взрослых, осуществляется в процессе значимых и мотивированных видов деятельности. Только в том случае, если педагоги имеют четкие и ясные представления о подходах в работе (аксиологическом, культурологическом, деятельностном, средовом, антропологическом, полисубъектном и пр.), они способны выстроить систему социально-педагогического взаимодействия.

На каждом этапе школьного обучения адаптация имеет свою специфику. В начальной школе необходимо адаптировать ученика к новому виду деятельности, к принятию роли школьника.

В пятом классе учащиеся приспосабливаются к новой ситуации: добавляются новые учебные дисциплины, по каждому школьному учебному предмету – свой учитель, у каждого учителя – свои требования. Возрастает и физическая, психологическая нагрузка на учащихся.

В старших классах определяющими моментами становятся начало профильного обучения, а в связи с этим перераспределение обучающихся по классам, то есть формирование новых коллективов; выбор будущей профессиональной деятельности, подготовка к Государственной итоговой аттестации – все это определяет специфику социально-педагогической деятельности в старшей школе.

В целом, система работы социального педагога и психолога должна быть направлена на достижение целого комплекса результатов:

- успешная адаптация обучающихся на всех этапах школьного обучения по результатам мониторинга таких показателей, как тревожность, самооценка, мотивация, саморегуляция и самоконтроль;
- сохранение учебной мотивации по результатам диагностики готовности к обучению в начальной и основной школе;
- сохранение достигнутого уровня учебной успешности при переходе из начальной школы в основную, высокий уровень успешности старшеклассников по результатам мониторинга образовательных результатов обучающихся;
- повышение уровня удовлетворенности обучающихся школьной жизнью (старшеклассников – профильным обучением, результатами ОГЭ И ЕГЭ), а родителей – организацией учебно-воспитательного процесса по результатам соответствующего мониторинга.

ГЛАВА 2. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ АДАПТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ К ОСНОВНОМУ ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЭКЗАМЕНУ И ЕДИНОМУ ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЭКЗАМЕНУ

Основной государственный экзамен и Единый государственный экзамен имеют уже более чем десятилетнюю историю существования в российском образовании. Сегодня нет недостатка в предназначенных для школьников и учителей материалах, направленных на содержательную подготовку к экзаменам. Каждый год накануне учебного года публикуются демоверсии контрольно-измерительных материалов по всем предметам ОГЭ и ЕГЭ. Учащиеся и учителя могут ознакомиться с этими материалами на официальном сайте Федерального института педагогических измерений (ФИПИ)⁶. На этом же сайте ежегодно публикуются методические рекомендации для учителей-предметников по подготовке к ЕГЭ на основе анализа типичных ошибок учащихся. С 2017 года начал выходить журнал «Педагогические измерения», содержащий методические материалы. Полная электронная версия журнала также представлена на сайте ФИПИ в свободном доступе. Ежегодно в начале учебного года – после выхода официальных демоверсий экзаменационных материалов – начинают издаваться сборники экзаменационных материалов от ФИПИ. На указанном сайте представлены Открытые банки заданий по всем предметам ГИА. Федеральный институт педагогических измерений предлагает различные семинары, вебинары, в которых могут принять участие все желающие педагоги. Но эти мероприятия также посвящены содержательному компоненту итоговой аттестации, принципам оценки выполнения заданий учащимися. Однако это направление подготовки – содержательная сторона – не позволяет сформировать психологическую готовность к экзамену.

⁶ Федеральный институт педагогических измерений. Официальный сайт [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.fipi.ru>, свободный (дата обращения 01.04.2019).

Психологическая готовность к Государственной итоговой аттестации определяется как внутренний настрой на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализацию и приспособление возможностей личности для успешной деятельности в ситуации сдачи экзамена.

Экзаменационная процедура требует особой стратегии деятельности, поскольку это во многом определяет экзаменационную оценку. Выбор оптимальной стратегии может представлять некоторую трудность для ученика. Безусловно, такая ситуация оказалась в центре внимания психологов, социальных педагогов. Ими были разработаны программы социально-психологического сопровождения школьников, направленные на их адаптацию к ОГЭ и ЕГЭ.

Обратимся к некоторым программам сопровождения учащихся при подготовке к итоговой аттестации.

Одна из комплексных программ разработана М. Ю. Чибисовой – «Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями»⁷.

Программа М. Ю. Чибисовой направлена на психологическую подготовку школьников к экзаменам, приобретение ими устойчивых навыков саморегуляции своих психологических состояний и деятельности во время экзамена.

Автор программы сформулировала понятие психологической готовности к Единому государственному экзамену, приведенное нами выше.

М.Ю. Чибисова, составляя программу оказания психологической поддержки выпускникам при подготовке к Единому государственному экзамену, выделила следующие составляющие психологической готовности к ЕГЭ.

⁷ Чибисова, М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами и родителями / М.Ю. Чибисова. – М., 2009. – 184 с.

1. Процедурная готовность к Единому государственному экзамену. Этот компонент готовности предполагает совокупность знаний о процедуре экзамена. Выпускник должен знать этапы проведения экзамена, свои права и обязанности, знать требования к заполнению бланков, уметь их заполнять в соответствии с инструкциями. Наличие перечисленных знаний и умений позволяет снизить тревожность школьника во время экзамена, больше внимания уделять непосредственно выполнению заданий и принятию решений.

2. Готовность к самоорганизации и самоконтролю. Под этим компонентом понимается умение учащихся распределять свое время на выполнение заданий, управлять своими эмоциями, выбирать наиболее рациональные стратегии выполнения заданий контрольно-измерительных материалов.

3. Экзаменационная тревожность. Готовность по этому компоненту предполагает наличие адекватной самооценки, уверенности в себе.

Автор программы справедливо отмечает, что для формирования психологической готовности к экзамену необходимо работать со всеми участниками образовательного процесса. В связи с этим заявлены три направления работы по формированию данного вида готовности к экзаменационному испытанию.

Объектом первого направления социально-педагогической работы являются сами школьники, то есть именно те, кому непосредственно предстоит сдавать экзамены.

М.Ю. Чибисова выделяет следующие задачи психологической подготовки учащихся к ЕГЭ:

1. Ознакомление с процедурой ЕГЭ.
2. Формирование адекватного реалистичного мнения о ЕГЭ.
3. Формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене.

Автором программы для реализации каждой задачи предложены определенные методы работы с выпускниками.

Так, задача ознакомления с процедурными особенностями Единого государственного экзамена реализуется следующим набором методов.

– рассказ с последующим обсуждением,

– просмотр видеозаписи с последующим обсуждением. Здесь используются, как пишет автор, постановочные записи. При этом делается несколько акцентов: общая экзаменационная ситуация (обстановка в классе, школе, регистрационный момент, распределение участников за партами в определенном порядке и др.), непосредственно начало экзамена (зачитывание инструкции, запись на доске слов «начало экзамена...», «окончание экзамена...»), раздача конвертов с контрольно-измерительными материалами, начало работы (заполнение бланков и т.д.). Здесь следует отметить, что с 2017-2018 учебного года экзаменационные материалы распечатываются непосредственно в аудитории в присутствии учащихся. Поэтому при использовании данного метода работы – видеозаписи с последующим обсуждением – нужно учесть новые обстоятельства и сделать видеозапись процедуры экзамена с распечаткой комплектов КИМ для участников. Автор отмечает, что использование видеозаписей с последующим обсуждением делает пугающую процедуру логичной и понятной, а уровень тревоги учащихся снижается;

– игра-драматизация. Речь идет о проигрывании процедуры экзамена. Автор рекомендует делать это на хорошо знакомом или/и юмористическом содержании. Такое содержание позволит создать непринужденную доброжелательную атмосферу и отработать именно процедурные элементы экзамена, которые в игре воспроизводятся очень точно. Так, бланки, которые используются в игре – «настоящие», то есть не просто листочки для записи ответов, а распечатанные с официального сайта Федерального института педагогических измерений бланки. Интересным показалось нам в этом методе прием моделирования ситуации, которая может произойти на экзамене и потребовать от участников особой внимательности и модели действий. Так, автор предлагает раздать неполные комплекты материалов.

Учащийся, получив свой комплект КИМ, должен сразу же просмотреть его: все ли задания присутствуют, хорошо ли пропечатан текст. Дело в том, что неполный или дефектный комплект КИМ заменяется полностью, а не частями, и другим вариантом. Если школьник обнаружит какие-либо недостатки в КИМ не сразу, а выполнив уже часть заданий, то ему придется работать с новым комплектом заданий с самого начала или продолжать выполнять первоначальный вариант, но за него он заведомо не сможет получить высокий балл, так как часть заданий не будет выполнена в силу технических причин.

Для реализации задачи формирования адекватного представления о ЕГЭ в рассматриваемой программе помощи выпускникам в качестве основного метода предлагается использовать групповую дискуссию. Важно, чтобы в ходе живого всестороннего обсуждения были высказаны все позиции учащихся, их страхи. Социальный педагог или психолог, который проводит дискуссию, должен помочь школьникам найти ресурсные моменты в ЕГЭ. В результате нескольких дискуссий у обучающихся формируется конструктивное мнение о ЕГЭ. Подчеркнем, что ведущий дискуссии должен обладать полной информацией о ЕГЭ.

Третью задачу – формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене – рекомендовано реализовывать как во фронтальной форме с охватом всех учащихся (классные часы, разнообразные психологические занятия), что ведет к экономии времени, но практически сводит к нулю возможность индивидуального подхода; так и в индивидуальной форме (консультации), которые требуют больше времени, но являются адресными.

Объектом второго направления работы по данной программе являются учителя школы. В программе выделены такие ветви деятельности в работе с педагогами: работа с личностными трудностями учителя и работа с методическими трудностями учителя.

Наконец, объектом третьего направления деятельности в рамках программы являются родители учащихся. Роль родителей в подготовке школьников к экзаменам трудно переоценить. Чтобы родители могли реально помочь детям-школьникам, вселить в них уверенность, помочь выбрать необязательный предмет для сдачи экзамена, они сами должны иметь всестороннее представление о ЕГЭ. На занятиях с родителями объясняется, как они могут помочь школьникам в трудный период подготовки к итоговой аттестации, как правильно выстроить режим дня учащегося, как поддержать его в день экзамена.

Программа М.Ю. Чибисовой рассчитана на семь-восемь месяцев, то есть реализуется в октябре-мае соответствующего учебного года. Следует отметить, что данная программа легла в основу многих других программ сопровождения подготовки учащихся к ОГЭ и ЕГЭ⁸.

Следующая программа социально-педагогической поддержки учащихся при подготовке к экзаменам, на которой остановлено наше внимание – «Здоровьесберегающая подготовка старшеклассников к Единому государственному экзамену», разработанная в Магнитогорском государственном университете⁹. Цель программы – сохранение физического и психического здоровья старшеклассников при подготовке к ЕГЭ.

Отмечая стрессовый характер ЕГЭ, повышение уровня тревожности учащихся на протяжении подготовки к экзамену, появление паники, автор считает, что надо создать педагогические условия, обеспечивающие максимальную надежность результатов ЕГЭ при минимальной психофизиологической нагрузке старшеклассников. Самым важным

⁸ Психологическое сопровождение подготовки обучающихся к итоговой аттестации. Методические рекомендации / сост. Рыженко С.К.; Краснодарский краевой институт дополнительного профессионального педагогического образования – Краснодар, 2015. – 38с.; Психолого-педагогическое сопровождение учащихся при подготовке к ЕГЭ: учебно-методическое пособие / сост. Л.Р. Халикова, Р.Р. Шафигуллина. – Уфа: Издательство ИРО РБ, 2012. – 240с.; Психологическая подготовка обучающихся к государственной итоговой аттестации /авт. – сост. И.А. Боброва, О.В. Чурсинова. – Ставрополь: СКIRO ПК и ПРО, 2014. – 74 с.

⁹ Серегина, Е.А. Здоровьесберегающая подготовка старшеклассников к Единому государственному экзамену», разработанная в Магнитогорском государственном университете / Е.А. Серегина // Вестник ТГПУ. – 2011. – № 10(112). – С. 170-174.

условием является формирование готовности учащихся к сбережению своего здоровья. Для этого школьникам необходимы знания о методах сбережения здоровья и умения их применять в процессе подготовки к ЕГЭ. Основной формой занятий со старшими школьниками по формированию готовности к сбережению здоровья являются тренинги. Программа состоит из десяти взаимосвязанных занятий. Каждое занятие длится два часа. Общий объем программы – двадцать часов.

«Экзамены без проблем» – программа сопровождения учащихся в предэкзаменационный период, разработанная в Нижегородском государственном педагогическом университете. Цель программы – формирование психологической готовности учащихся к ЕГЭ.

Работа с учащимися проводится в групповой и индивидуальной форме и включает упражнения, помогающие школьникам преодолевать когнитивные и личностные трудности, осознать свое отношение к ЕГЭ, выработать уверенность в себе и повысить устойчивость к стрессам. Также в программе предусмотрена деловая игра, моделирующая ситуацию экзамена. Интересным нам показалось написание каждым старшеклассником «рецепта» успешной подготовки к ЕГЭ. В «рецепте» каждый для себя смог сформулировать принципы подготовки и стратегию поведения на самом экзамене.

Данная программа предполагает также такое направление работы, как работа с педагогическим коллективом школы. Оказалось, что учителя также нуждаются в определенной поддержке: у многих из них существует негативное мнение о ЕГЭ, которое надо переориентировать, так с негативной установкой учитель не сможет участвовать в подготовке школьников к ЕГЭ. Учителям необходимо дать определенные знания о способах самоконтроля, рациональных приемах запоминания, методах работы с информацией – тогда полученные знания учителя смогут транслировать своим ученикам. Наиболее эффективными технологиями здесь стали активные методы, в частности, технология взаимообучения.

Работа с родителями также предусмотрена этой программой. Здесь два основных компонента работы. Это информационная поддержка родителей: недостаточная осведомленность может привести к нагнетанию обстановки. Основными формами работы по повышению информационной осведомленности стали родительские собрания, на которых выступал заместитель директора по учебной работе. Второй компонент – изменение отношения родителей к ЕГЭ. Как правило, родители негативно относятся к такой форме экзамена, не понимая те преимущества, которые есть у ЕГЭ по сравнению с традиционной формой экзамена. Здесь потребовались методики, направленные на регуляцию эмоционального состояния.

Исследования, проведенные авторами программы «Экзамены без проблем» показали необходимость психолого-педагогической поддержки старшеклассников в сложный для них период подготовки к ЕГЭ.

Комплексная программа подготовки к ЕГЭ и ОГЭ представлена Ю.Г. Резниковой¹⁰. Цель программы формулируется как создание организационно-технологических, учебно-методических и психолого-педагогических условий подготовки всех субъектов образовательного процесса к ГИА. Программа строится на принципах систематичности, непрерывности работы, индивидуально-личностного подхода к школьникам и их родителям, доступности психолого-педагогической поддержки для каждого старшеклассника.

Сопровождение осуществляется по нескольким направлениям. Информационно-правовое направление – повышение уровня информированности учащихся и родителей об их правах в период подготовки к ГИА и во время сдачи экзамена, о проведении процедуры апелляции по результатам экзамена. Здесь большая роль отводится тем учителям, которые имеют опыт работы организатором ГИА, и тем, которые участвовали в рассмотрении работ по апелляционным заявлениям.

¹⁰ Резникова, Ю.Г. Психолого-педагогическое сопровождение выпускников образовательных учреждений в период подготовки к Государственной итоговой аттестации / Ю.Г. Резникова // Вестник Бурятского государственного университета. – 2012. – № 1. – С.41-52.

Целью организационного направления работы является отработка процедурной составляющей экзамена. Поэтому объектом работы здесь становятся те, кому предстоит быть организатором в аудиториях, так как от них зависит не только четкость проведения самого экзамена, но во многом и психологическое состояние учащихся. Разъяснительная работа ведется с учащимися и родителями, у тех и других необходимо выработать позитивное отношение к экзамену, а у школьников ещё и отработать тактику поведения на экзамене.

Учебно-методическое направление выражается прежде всего в систематическом повышении квалификации учителей-предметников посредством курсов ПК, различных семинаров, обмена опытом. Такое внимание к учителям далеко не случайно: именно они отвечают за содержательную подготовку к экзамену.

Психологическое направление работы включает мониторинг психологического статуса школьника. С помощью современных диагностических методик выявляются психологические особенности школьников, их способности к саморегуляции, стрессоустойчивость. На основании анализа диагностических данных вырабатываются индивидуальные рекомендации для каждого обучающегося по подготовке к ГИА и стратегии поведения на экзамене. Объектом данного направления работы являются также взрослые, окружающие школьника (главным образом, родители), которым разъясняются особенности общения со школьником в период подготовки к ГИА, принципы создания благоприятного микроклимата в семье.

Программа рассчитана на учебный год.

Педагог-психолог ГОУ ЦО № 1881 , г. Москва, А.Ю. Барышев разработал программу психологической подготовки к ЕГЭ «Скорая помощь»¹¹.

¹¹ Барышев, А.Ю. Программа психологической подготовки к ЕГЭ / А.Ю. Барышев // Справочник заместителя директора. – 2009. – № 4. – С. 5-18.

Цель занятий по данной программе – отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов.

Автор предлагает использовать такие методы работы с одиннадцатиклассниками, как дискуссии, мини-лекции, тренинговые упражнения, арт-терапия. Программа рассчитана на три занятия, продолжительность которых варьируется в зависимости от конкретного класса, возможностей учащихся, их общего психологического настроения. Средняя продолжительность одного занятия – 45 минут. Каждое занятие включает набор психологических упражнений. Эта программа эффективна в условиях дефицита времени и необходимости в сжатые сроки грамотно и эффективно подготовить школьников к экзамену.

Таким образом, существующие программы предлагают разные варианты психолого-педагогического сопровождения учащихся при подготовке к итоговой аттестации.

Часть из них направлена только на работу с учащимися, не охватывая при этом учителей-предметников и родителей. Это, как представляется, снижает эффективность программ, так как успешная адаптация учащихся к ОГЭ и ЕГЭ зависит не только от работы психолога и социального педагога, но от других участников образовательного процесса.

Другие программы носят комплексный характер как по направлениям деятельности, то есть объектами работы становятся не только учащиеся, но родители, учителя, так и по своим задачам, методам работы. Такие программы представляются более эффективными, результативными.

ГЛАВА 3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ К ОГЭ и ЕГЭ И ПУТИ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Экзамены для учащихся – это всегда стрессовые ситуации. Следовательно, ЕГЭ может стать достаточно сильным стрессом для выпускников. Очевидно, что в этой ситуации выпускник более чем когда-либо нуждается в психологической помощи и поддержке родителей, социальных педагогов, психологов.

Процедура прохождения Единого государственного экзамена – деятельность сложная, отличающаяся от привычного опыта учеников и предъявляющая особые требования к уровню развития психических функций.

Стрессовой является и процедура Основного государственного экзамена для девятиклассников.

Можно выделить некоторые наиболее значимые психологические характеристики, которые требуются в процессе сдачи ЕГЭ и ОГЭ:

- высокая мобильность, переключаемость;
- высокий уровень организации деятельности;
- высокая и устойчивая работоспособность;
- высокий уровень концентрации внимания, произвольности;
- четкость и структурированность мышления, комбинаторность;
- сформированность внутреннего плана действий.

Было проведено социопсихологическое исследование, в ходе которого анализировалась адаптация обучающихся выпускных классов к ОГЭ и ЕГЭ.

Цель: разработка программы социально-педагогического сопровождения школьников в период подготовки к ГИА.

Задачи:

- провести диагностику школьной адаптации девятиклассников и одиннадцатиклассников к ГИА,
- опираясь на полученные результаты разработать и провести апробацию программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся в период подготовки к ГИА.

Работа в данном направлении проводилась в два этапа.

Первый этап представлял собой констатирующую диагностику, направленную на выявление уровня психологической готовности и адаптации в целом к ГИА.

Второй этап – разработка и реализация программы сопровождения школьников в период адаптации к ГИА.

Для выявления основных проблем социально-психологической адаптации выпускников к ГИА было проведено социопсихологическое исследование.

Объектом исследования были избраны обучающиеся девятых и одиннадцатых классов МАОУ «Гимназия № 2» г. Балаково Саратовской области. Выборочная совокупность составила соответственно 74 (44 девушки и 30 юношей) и 54 (30 девушек и 24 юноши) человека. Гипотеза исследования: реализация специально разработанной программы адаптации школьников к итоговой аттестации позволит улучшить показатели социально-психологической готовности обучающихся к выпускным экзаменам.

Данное исследование проводилось с применением модифицированной методики М.Ю. Чибисовой – анкеты «Самооценка психологической готовности к ЕГЭ».

Объясняя необходимость применения данной методики исследования, укажем на зависимость успеха сдачи ОГЭ и ЕГЭ от психологической готовности школьников к ГИА, успешности адаптационного процесса периода подготовки к экзаменам.

В девярых и одиннадцатых классах констатирующая диагностика проводилась в феврале 2019 года.

Анкета состоит из 15 вопросов, которые позволяют оценить уровень готовности выпускников основной и средней школы к ГИА по трем показателям: осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ОГЭ и ЕГЭ, способность к самоорганизации и самоконтролю, экзаменационная тревожность.

В целях дифференцирования школьников по уровню психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ была применена система балльных оценок по каждому из пятнадцати вопросов, соответствующих трем указанным показателям (по пять вопросов на каждый показатель готовности). Каждый вопрос-утверждение обучающиеся должны были оценить на соответствие от 1 до 5 баллов. Ключ для подсчета баллов представлен в Приложении.

Максимально возможная сумма баллов по каждому показателю – 25.

Согласно полученным данным, учащиеся распределены на четыре группы по уровню психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ:

- сумма баллов до 10 – низкий уровень готовности,
- от 11 до 15 – средний уровень готовности,
- от 16 до 20 – выше среднего,
- от 21 до 25 – высокий уровень готовности.

Проведенное исследование выявило следующее.

1.Процедурная готовность. Наглядно процедурная готовность учащихся 9-х и 11-х классов МАОУ «Гимназия № 2» г. Балаково представлена в виде диаграмм на рисунках 1-3 (Приложение).

Низкий уровень процедурной готовности выражается в том, что учащийся имеет лишь общее представление о процедуре проведения экзамена, не знает, какова роль присутствующих на экзамене взрослых, не знает специфику фиксирования ответов, не понимает, какие задания и в каком соотношении будет выполнять.

Учащийся со средним уровнем процедурной готовности к ОГЭ/ЕГЭ в целом знаком с процедурой проведения экзамена, представляет роль присутствующих на экзамене взрослых, знает специфику фиксирования ответов в бланках ОГЭ/ЕГЭ, но не до конца понимает, какие задания и в каком соотношении будет выполнять

Процедурная готовность выше среднего уровня означает, что выпускник имеет четкое представление о процедуре проведения экзамена, осознает, что присутствующие на экзамене взрослые – это лишь организаторы и наблюдатели, которые соответственно обеспечивают организационные вопросы экзамена – заполнение бланка ОГЭ/ЕГЭ в части информационных данных: предмет, сведения об экзаменуемом, номер пункта приема экзамена, номер варианта – и следят за выполнением всех процедурных вопросов; понимает, какие задания предстоит выполнять, но не совсем четко осознает, какие задания позволят получить высокий балл.

Высокий уровень готовности по данному показателю говорит, что учащийся имеет четкое представление о процедуре проведения экзамена, осознает, что присутствующие на экзамене взрослые – это лишь организаторы и наблюдатели, которые соответственно обеспечивают организационные вопросы экзамена и следят за выполнением всех процедурных вопросов; понимает, какие задания предстоит выполнять и при этом вполне осознает, какие задания необходимо выполнить в первую очередь, чтобы увеличить шансы на получение высокого балла.

2. Вторым исследуемым показателем психологической готовности к ОГЭ/ЕГЭ явилась способность к самоорганизации и самоконтролю. Анализ анкет обучающихся показал такое распределение по этому показателю:

среди девятиклассников:	среди одиннадцатиклассников
- низкий уровень – 30%,	30%,
-средний уровень – 40%,	30%,
-выше среднего – 30%,	25%,
-высокий уровень – 0%;	15%.

Наглядно готовность учащихся 9-х и 11-х классов МАОУ «Гимназия № 2» г. Балаково по показателю «способность к самоорганизации и самоконтролю» представлена в виде диаграмм на рисунках 4-6 (Приложение).

Далее представлены характеристики уровней подготовки по показателю «способность к самоорганизации и самоконтролю».

Обучающийся с низким уровнем самоорганизации и самоконтроля не умеет планировать свое время, расставлять приоритеты, распределять усилия, не контролирует свое эмоциональное состояние, плохо развиты навыки собранно и самостоятельно работать с информацией и письменно излагать ее.

Обучающийся со средним уровнем самоорганизации и самоконтроля умеет планировать свое время, расставлять приоритеты, распределять усилия, однако испытывает трудности контроля своего эмоционального состояния, не владеет приемами саморегуляции.

Для выпускников, обладающих уровнем самоорганизации и самоконтроля выше среднего уровня характерно следующее: четко планирует свое время, распределяет усилия, умеет собранно работать с информацией, не испытывает затруднений при формулировании ответов, умеет контролировать свое эмоциональное состояние

Обучающийся с высоким уровнем самоорганизации и самоконтроля четко планирует свое время и распределяет усилия так, чтобы решить как можно больше заданий, уложиться во временные рамки, успеть перепроверить ответы, чтобы снизить вероятность опечаток, выбирает верные стратегии выполнения заданий, умеет управлять своими эмоциями, уверен в своих силах, способностях.

Третий показатель психологической готовности школьников к ОГЭ/ЕГЭ – экзаменационная тревожность. Среди обучающихся выявлено такое соотношение готовности:

девятые классы	одиннадцатые классы
- низкий уровень – 30%,	35%,
-средний уровень – 45%,	55%,
-выше среднего – 25%,	10%,
-высокий уровень – 0%;	0%.

Наглядно готовность учащихся 9-х и 11-х классов МАОУ «Гимназия № 2» г. Балаково по показателю «экзаменационная тревожность» представлена в виде диаграмм на рисунках 7-9 (Приложение).

Охарактеризуем уровни готовности к ЕГЭ по показателю «экзаменационная тревожность».

Низкий уровень готовности по указанному показателю характеризуется очень высокой тревожностью в ситуациях проверки знаний, проявляющейся как при публичной оценке, так и при выполнении индивидуальных письменных работ. Учащийся испытывает резко негативное отношение к демонстрации своих знаний в любом виде. Переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей порой бывает неадекватно сильным. Может появляться слабость и дрожь в ногах и руках, иногда наступает речевой ступор. Экзаменационная ситуация с ее помпезностью, нервозностью родителей, предварительной «накачкой», с непременным ожиданием, когда же назовут твою фамилию и пригласят пройти в определенную аудиторию и занять конкретное место может стать для таких учащихся серьезной психотравмой. У школьников данной группы могут рано формироваться чувства долга, ответственности, высокие моральные и этические требования к себе. Именно они находят у себя массу недостатков, отличаются склонностью к детальному анализу своего поведения и реакций и высокому интеллектуальному контролю над ними. Данные особенности могут обуславливать такие изменения в познавательной деятельности, как ослабление концентрации и переключаемости внимания, трудности при отделении главного от второстепенного и др.

Средний уровень готовности по показателю «экзаменационная тревожность». Учащиеся испытывают негативное отношение к демонстрации своих знаний. Переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей особенно выражено, когда аудитория слушателей незнакома. Работы ОГЭ и ЕГЭ проверяются экспертами, которые заведомо не знают учащихся. Сама по себе учеба и проверка знаний в письменном формате для школьников данной группы, возможно, нетрудна, но в ситуации, когда в аудитории присутствуют незнакомые люди – организаторы, общественные наблюдатели – многие ничего не могут вспомнить. Страх перед проверкой своих знаний незнакомыми людьми провоцирует чувство тревоги и неуверенности в себе.

Готовность выше среднего уровня. Нормальный уровень тревожности в ситуациях проверки знаний, необходимый для адаптации и продуктивной деятельности. Эмоциональные переживания в условиях проверки знаний, достижений, возможностей имеют адекватный характер. Учащиеся достаточно ответственно относятся к подобным ситуациям, объективно оценивая свои возможности. Характерными чертами является адекватность самооценки, уравновешенность поведения, отсутствие повышенной чувствительности, социальной зависимости и сверхконтроля. В поведении можно наблюдать черты уверенности, решительности, самостоятельности.

Высокий уровень готовности. Состояние тревоги в ситуациях проверки знаний таким школьникам не свойственно. Демонстрация знаний (или их отсутствия), достижений, возможностей не смущает. Любят быть на виду вне зависимости от того, какое впечатление производят на окружающих. По всей видимости, учеба и отношение к ней стоят не на первом месте в списке приоритетов. Вероятно, этот вид деятельности конкурирует с другими, ему уделяется меньше внимания. Можно предположить и некоторую облегченность восприятия и мышления, высокую самооценку и уверенность в себе, свободное проявление эмоций в поведении и независимость.

Исследование показало, что наиболее подготовлены учащиеся с точки зрения процедурной осведомленности и умелости. Полагаем, этому есть объективное объяснение. Учащиеся проходят через систему пробных ОГЭ/ЕГЭ, где полностью моделируется ситуация настоящего экзамена. Кроме того, контрольные работы, срезы знаний чаще всего в девятых и одиннадцатых классах проводятся в формате ОГЭ/ЕГЭ, что также позволяет уяснить структуру и содержание экзаменационной работы, виды заданий, балльный вес каждого задания, научиться правильно заполнять экзаменационные бланки. Большая подготовленность учащихся одиннадцатых классов по сравнению с учащимися девятого класса объясняется тем, что одиннадцатиклассники в свое время прошли через процедуру сдачи ОГЭ. Кроме того, из бесед с учителями удалось выяснить, что до проведения пробных экзаменов многие учащиеся были мало знакомы с процедурной составляющей экзамена, несмотря на частые разъяснения учителей. Во время пробных ОГЭ и ЕГЭ фиксировались нарушения со стороны школьников. Им давалось разъяснение, что на реальном экзамене за их нарушение последует удаление.

В ходе исследования было установлено, что тревожность в одиннадцатом классе выше тревожности в девятом. На наш взгляд, это объясняется тем, что значимость ЕГЭ для учащихся выше значимости ОГЭ. По результатам ОГЭ учащиеся зачисляются в десятый класс того или иного профиля; наличие конкурса при наборе в десятые классы в некоторых школах не означает, что некоторые выпускники основной школы окажутся за порогом десятого класса как такового: они смогут перейти в другую школу, где конкурса нет. То есть, чтобы пойти в десятый класс необходимо сдать ОГЭ хотя бы на «тройки». С ЕГЭ все сложнее. Школьникам уже недостаточно просто перейти порог, они стремятся набрать как можно больше баллов по всем предметам. Выпускникам средней школы предстоит поступать в вузы, и здесь важны именно баллы за все конкурсные для выбранного направления экзамены. Чем выше общий балл, тем выше шансы

поступить в конкретный вуз или в принципе поступить в вуз. И вот здесь можно оказаться за порогом вуза.

В 2018-2019 учебном году ситуация во многом осложнилась из-за изменений, внесенных в содержание КИМ ЕГЭ. Так, по русскому языку увеличилось количество заданий, часть заданий усложнилась за счет новых формулировок. Например, задания орфографического блока требовали аналитической работы, в этом году – аналитико-синтетической. В течение четырех лет экзамен по математике делился на базовый и профильный уровни. Учащиеся, поступающие в вузы на гуманитарные специальности, сдавали этот предмет на базовом уровне, получая отметки «три», «четыре», «пять». Сдавать базовую математику необходимо было лишь для получения аттестата. Те же учащиеся, которые планировали поступать в вузы на технические, экономические направления, сдавали математику профильного уровня, которая оценивается по стобалльной системе. Но эти же учащиеся сдавали математику и базового уровня, чтобы «подстраховаться, если что...», то есть на случай получения баллов по профильной математике ниже порогового уровня: сдав базовую математику, но не получив при этом по профильной необходимый минимум баллов, школьник все равно получал аттестат. С этого учебного года каждый учащийся может сдавать математику только одного уровня: либо базового, либо профильного. Таким образом, школьники лишились возможности подстраховаться: если учащийся выбрал профильный уровень и при этом не набрал пороговых баллов, то он не получает аттестат. У школьников будет возможность сдать базовую математику в этом году, но в вуз они уже поступить не успеют. При этом дополнительным стрессовым фактором явилось то, что о нововведении по математике стало известно лишь в феврале 2019 года.

С 2017-2018 учебного года контрольно-измерительные материалы не привозятся в ППЭ – пункт приема экзаменов – в готовом, распечатанном виде, а печатаются непосредственно в аудитории в присутствии экзаменуемых. Учащимся известно, что техника иногда давала сбой и в

некоторых ППЭ приходилось ждать распечатки КИМ в течение 60-90 минут. Это также вызывает дополнительное волнение у школьников, и они часто задаются вопросом: «А если и у нас такое случится? А вдруг вообще не смогут распечатать задания?». Школьники должны быть готовы к разным вариантам развития событий. Не все можно спрогнозировать, не все зависит от них. Желательно проиграть различные непредвиденные ситуации. Материалом для отработки таких ситуаций могут послужить реальные случаи с ЕГЭ и ОГЭ. Так, уже в этом учебном году в нескольких ППЭ не сработали флешки-ключи, с помощью которых организаторы получают доступ к распечатке материалов. Конечно, эта информация не останется незамеченной будущими выпускниками. Предотвращая возможные переживания школьников, необходимо разъяснить им, что в таком случае предоставляется возможность сдачи экзамена в резервный день.

Школьник должен четко осознавать, за какие действия он может быть удален с экзамена, работа при этом будет аннулирована, а пересдать экзамен можно будет только через год.

Девятиклассники и одиннадцатиклассники накануне экзаменов ждут появления на просторах интернета ответов к контрольно-измерительным материалам. При этом часто они готовы заплатить за получение ответов по КИМ своего региона. Появляющиеся ответы, как правило, оказываются ложными, что уменьшает шансы на успешную сдачу экзамена попавшегося на наживку ученика. Эти ситуация также должна быть разъяснена школьникам.

В целях адаптации старшеклассников к ОГЭ и ЕГЭ была разработана программа социально-психологического сопровождения школьников в период подготовки к ОГЭ/ЕГЭ, построенная с учетом данных диагностирующего исследования.

Задачи программы:

1. Отработка навыков поведения на экзамене.
2. Повышение сопротивляемости стрессу.

3. Повышение уверенности обучающихся в себе, развитие адекватной самооценки и позитивного мышления.

4. Обучение приемам эффективного запоминания.

5. Обучение выпускников способам релаксации и снятия физического и эмоционального напряжения.

6. Обучение способам волевой мобилизации и поддержания рабочего самочувствия в ходе подготовки к экзаменам.

7. Знакомство учащихся с доступными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации, с методами саморегуляции.

8. Психологическая подготовка родителей к поддержке выпускника.

9. Подготовка учителей к поддержке выпускника.

К условиям реализации программы предъявляется ряд требований.

Исполнителями программы выступают социальный педагог и психолог школы. Если в штатном расписании школы не предусмотрена ставка психолога, то социальному педагогу необходимо прибегнуть к консультации психолога, работающего в каком-либо учреждении системы образования.

Для проведения занятий требуется помещение. Это может быть обычный учебный класс.

Были определены направления социально-педагогической работы в девятых и одиннадцатых классах.

Основным направлением данной деятельности является непосредственно работа с самими учащимися.

Социально-психологическое сопровождение обучающихся в период подготовки к ГИА строится на основе уже сформированных навыков и функций и предполагает ознакомление с процедурой итогового экзамена, формирование адекватного мнения о ОГЭ/ЕГЭ и конструктивной стратегии деятельности на экзамене.

Главный принцип организации помощи школьникам – системность работы психолога, социального педагога, классного руководителя, учителей-предметников. Успешное прохождение экзаменационного испытания во

многим определяется стрессоустойчивостью экзаменуемого, его способностью к концентрации внимания, памяти и умением действовать в условиях дефицита времени. Поэтому, адаптируя школьников к ГИА, необходимо формировать у них соответствующие навыки саморегуляции и самоконтроля.

Второе направление – взаимодействие социального педагога и психолога с учителями-предметниками.

Учителю необходимо знать и понимать те психологические трудности, которые возникают у школьников в период подготовки к экзаменам, так как успешность и выбор способов поддержки школьников зависит не только от школьной социально-психологической службой, но и от учителя.

Консультирование позволяет показать важность психологической подготовки выпускников к ГИА. Учитель может получить советы по контролю стрессовых состояний учащихся, особенностям работы с детьми с высокой тревожностью и низким уровнем самоконтроля.

Педсоветы по подготовке к ОГЭ и ЕГЭ дают возможность распределить ответственность между учителем и психологом, помогают осознать необходимость адаптации к экзаменам.

Информационная составляющая предполагает выпуск материалов, предназначенных для педагогов. Содержание данных материалов должно освещать следующие вопросы: создание благоприятной атмосферы в классе, способы эффективного взаимодействия с детьми группы риска, обучение самоконтролю в стрессовых ситуациях.

Необходимо составить рекомендации для учителей-предметников. Учителю необходимо целенаправленно акцентировать внимание учащихся на балльной ценности каждого задания по предмету, чтобы учащийся мог определить, какие задания необходимо выполнить в первую очередь. Важно научить школьников вовремя «бросать» задание, которое не выполняется в конкретном варианте за время, обычно достаточное для его решения. Лучше перейти к другому заданию, а потом вернуться к невыполненному. Именно

учитель-предметник должен объяснить, какие задания чаще всего содержат «ловушки», в связи с чем требуют более пристального внимания, больше времени на выполнение и потому могут быть решены после других заданий. Так, в ЕГЭ по русскому языку задание № 9 всегда содержит «ловушки». Поэтому его можно выполнить после всех заданий или после выполнения других заданий орфографического блока. Дело в том, что это задание, являясь довольно трудным, требующим несколько мыслительных операций, формально относится к заданиям базового уровня сложности и оценивается одним баллом (первичным). Другие базовые задания, например, 10-15, также оцениваются одним баллом, но являются более легкими для выполнения. Сочинение – задание 27 – может принести экзаменуемому 24 первичных балла. Основная сложность в выполнении этого задания состоит в том, что необходимо верно определить одну из проблем исходного текста. Если проблема определена неверно, то за это задание автоматически снимаются баллы по первым четырем критериям – это 8 первичных баллов. Зачастую – как показали пробные экзамены – учащийся, затрудняясь определить проблему текста, решает не выполнять это задание вообще. Учителю важно объяснить, что писать сочинение необходимо в любом случае: даже потеряв 8 баллов, ученик может получить баллы по остальным критериям – до 16 первичных баллов. У ученика должен быть сформирован своеобразный алгоритм выполнения заданий на экзамене.

Адаптацию к экзаменам обеспечивает и уверенность школьника в том, что ему доступна вся информация по содержательной стороне экзамена. Важно научить школьников работать с этой информацией. Здесь ведущая роль отводится учителям-предметникам. Их задача, кроме непосредственно организации повторения и систематизации знаний, обучения выполнению заданий, состоит и в ознакомлении учащихся со всеми видами учебно-методических материалов, в том числе материалами сайта ФИПИ.

В социальной сети «ВКонтакте» создана группа «ЕГЭ 100баллов». Участниками группы являются школьники, готовящиеся к экзаменам,

учителя-предметники, имеющие опыт подготовки учащихся к экзаменам. На страницах группы публикуются материалы для подготовки: КИМ, теоретические материалы к каждому виду, заданий методические рекомендации и разъяснения по критериям оценивания. Еженедельно по каждой учебной дисциплине публикуется тренировочный вариант, предлагаемый для выполнения школьникам, причем ответы с пояснениями публикуются только через неделю, чтобы не было соблазнов посмотреть их в ходе выполнения заданий. Преимущества выполнения заданий с сайта группы с возможностью проверки заданий состоит в том, что учащийся может это делать, во-первых, не боясь отметки учителя, во-вторых, выбирать удобный для себя режим работы. Кроме того, при желании можно воспользоваться возможностью проверки не только заданий с кратким ответом, но и индивидуальной проверки входящих в КИМ заданий повышенной сложности (сочинение, эссе). Такие задания проверяются специалистами с мотивированной постановкой баллов по критериям оценивания.

Группа «ЕГЭ 100баллов» помимо заданий публикует материалы, связанные с опытом сдачи ЕГЭ выпускниками прошлых лет. Желающие могут воспользоваться и этой информацией. Важно, чтобы учителя довели до учащихся информацию об этой группе. Также можно организовать обсуждение материалов «ЕГЭ100баллов» на занятиях по содержательной и психологической подготовке к экзамену. Учащиеся могут поделиться своими секретами подготовки.

Таким образом, учитель-предметник не только формирует когнитивную составляющую успешности сдачи ОГЭ/ЕГЭ, но и участвует в формировании психологической готовности.

Третье направление – работа с родителями обучающихся.

Одним из существенных аспектов психолого-педагогического сопровождения выпускника является ознакомление родителей со способами

правильного общения с ним, оказания ему психологической поддержки, создания в семье благоприятного психологического климата.

Работа с родителями нацелена на повышение осведомленности родителей и формирование реалистичной картины экзамена, снижение родительской тревоги. Не все родители понимают свою ответственность за успешное обучение своих детей в школе, в том числе за успех подготовки к ГИА. Автор данной выпускной квалификационной работы, имея опыт педагогической деятельности в одной из гимназий г. Балаково, столкнулся с позицией родителей: мы привели своих детей в школу, вы – учителя – обязаны сделать так, чтобы наши дети поступили в вузы. При этом сами родители подчас не контролируют домашнюю подготовку учащихся к урокам, экзаменам. Причем речь идет не о проверке домашнего задания с точки зрения «правильно-неправильно выполнено», а о проверке самого факта выполнения заданий. Поэтому очень важно формировать ответственность родителей за успешность школьных достижений своих детей.

С 2017-2018 учебного года практикуется проведение экзамена в форме ЕГЭ для родителей выпускников. Эта акция проводится во всех городах России. Это говорит о том, что необходимость всесторонней психологической поддержки выпускников стала общепризнанной. Действительно, организаторы полагали, что родители, примерев на себя роль сдающего ЕГЭ, смогут оказать более конкретную, предметную помощь школьнику. Однако это не нашло широкого отклика среди родителей.

Мы предлагаем поддержать акцию ЕГЭ для родителей. При этом необходимо разъяснить родителям, что главная задача такого «экзамена» для них – наглядно продемонстрировать процедуру ЕГЭ, дать возможность почувствовать возможные страхи их детей – выпускников школы, чтобы родители могли говорить с детьми об экзамене, зная ситуацию изнутри. При этом родителям необходимо объяснить, что их отметка за экзамен будет известна только им самим (боязнь получить низкие баллы провоцирует

нежелание родителей участвовать в подобных экспериментах). Считаем также необходимым на уровне учебного учреждения организовать пробный ЕГЭ совместно для родителей и детей. Конечно, при этом должна быть полностью исключена возможность всякого общения между родителями и школьниками, но пребывание по время «экзамена» в одной аудитории дает им возможность дома обсудить все процедурные моменты и ощущения более детально.

Для родителей разработана памятка по организации помощи детям в период подготовки к ЕГЭ (Приложение).

Системообразующим ориентиром в процессе данной работы является понятие психологической готовности выпускника, которую следует понимать как сформированность психических процессов и функций, личностных характеристик, поведенческих навыков, обеспечивающих успешность выпускника при сдаче ЕГЭ, что, в свою очередь, является интегральным результатом работы школы. Успешное прохождение теста в большей степени отражает уровень стрессоустойчивости испытуемого, готовность концентрировать внимание и память и точно действовать в условиях дефицита времени. Учитывая это, необходимо обеспечить психологическое сопровождение учащихся в процессе подготовки к сдаче единого государственного экзамена, формируя соответствующие психотехнические навыки саморегуляции и самоконтроля. Психотехнические навыки сдачи экзаменов не только повышают эффективность подготовки к экзаменам, позволяют более успешно вести себя во время экзаменов, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, овладевать собственными эмоциями.

Цели организации социально-психологического сопровождения учеников в рамках психологической подготовки к итоговым экзаменам в форме тестирования: ознакомление с процедурой экзамена, формирование адекватного реалистичного мнения о едином государственном экзамене,

формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене, развитие основных навыков, необходимых для успешной сдачи экзаменов.

Социально-психологическое сопровождение в период адаптации к ГИА включает диагностическую, консультативную, профилактическую, коррекционно-развивающую и организационно-методическую деятельности.

Психологическая диагностика проводится на протяжении всего периода социально-педагогического сопровождения при подготовке школьников к ГИА. Цель первичной диагностики – выявить и дифференцировать группы детей, испытывающих трудности при подготовке к экзаменам. На основании результатов диагностического исследования формируются группы для эффективной организации процесса адаптации к ГИА, разрабатывается система работы и рекомендации. В процесс реализации программы диагностирование ведется с целью отслеживания динамики эффективности социально-педагогического сопровождения. В конце учебного года проводится итоговая диагностика с целью установления эффективности и результативности работы.

Повторная диагностика, проведенная в ходе реализации программы, показала рост уровня психологической готовности школьников к ОГЭ и ЕГЭ. Это представлено на диаграммах, отображенных на рисунках 10-15(Приложение).

Итоговая результативность программы оценивалась по результатам сдачи экзаменов. В девятых классах средние оценки ОГЭ по всем дисциплинам оказались выше выставленных годовых. В одиннадцатых классах баллы, полученные за ЕГЭ, выше баллов, полученных на пробных экзаменах. Это говорит о результативности разработанной программы.

Консультативное направление работы по адаптации к ОГЭ/ЕГЭ имеет вполне определенную цель – формирование у всех участников образовательного процесса понимания возникающих у учащихся в предэкзаменационный период проблем и желания преодолеть

возникающие трудности обучения; создать условия для личностного и интеллектуального развития.

Отдельным направлением по социально-психологическому сопровождению обучающихся при подготовке к ГИА выступает коррекционно-развивающая работа. Цель данного направления – организация систематической работы с учащимися «группы риска». Диагностика позволяет определить три составляющие данного направления работы:

- развитие познавательной сферы учащихся,
- снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки,
- развитие навыков самоорганизации и самоконтроля.

Профилактическая работа направлена на предупреждение явлений дезадаптации школьников – трудностей в интеллектуальном и личностном развитии. С этой целью организуются различные восстановительные мероприятия, разрабатываются рекомендации для родителей, педагогических работников. Комплекс мероприятий направлен на обучение навыкам саморегуляции, формирование уверенности в своих силах и навыков противостояния стрессу и приемам мобилизации в стрессовой ситуации.

Тематический план работы по социально-психологическому сопровождению учащихся в период подготовки к итоговой аттестации может быть представлен в таблице (Приложение).

В соответствии с целью социально-психологического сопровождения старшеклассников работу рекомендуется реализовывать различными способами:

1) психологическая диагностика с целью выявления детей группы риска и с высоким уровнем тревожности, по результатам проведения которой школьный психолог и социальный педагог составляют программу коррекционной работы и психологического сопровождения;

2) индивидуальное и групповое консультирование учащихся по преодолению трудностей и развитию навыков, способствующих эффективной сдаче итогового экзамена: снятие тревожного состояния,

обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей;

3) тренинговые занятия с учащимися по контролю эмоций, преодолению стрессового состояния (личностные трудности), ознакомлению с процедурой сдачи экзаменов; проведение встреч с выпускниками прошлого учебного года, уже сдавшими экзамены (процессуальные трудности); выработка индивидуального стиля работы (когнитивные трудности).

4) информационная поддержка через выпуск информационной литературы — буклетов, памяток, брошюр, и оформления информационных стендов для учеников («ЕГЭ для всех», «В день экзамена» и т. п.).

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать ряд выводов.

Адаптация выпускников к итоговой аттестации определяется тремя основными показателями: процедурной готовностью, способностью к саморегуляции и самоконтролю, уровнем экзаменационной тревожности.

Относительно благоприятная ситуация сложилась по первому показателю – процедурной осведомленности и умелости. Однако полностью благополучной ситуацию назвать нельзя. В этом аспекте также требуется оказание помощи учащимся.

Второй показатель – способность к саморегуляции и самоконтролю – представлен так: низкий уровень готовности – 30% как среди девятиклассников, так и среди учащихся 11-х классов, средний уровень – 40% и 30 % соответственно, выше среднего – 30 и 25, высокий уровень готовности наблюдался только у учащихся 11-х классов – 15%. Такая ситуация говорит о необходимости вести социально-психологическую работу по подготовке учащихся к ГИА.

Третий показатель – экзаменационная тревожность. По этому показателю высокий уровень готовности – 0 % как в девярых, так и в одиннадцатых классах. Готовность выше среднего уровня в девярых классах составила 25%, а в одиннадцатых она упала до 10%. По нашему мнению,

это является следствием большей важности ЕГЭ по сравнению с ОГЭ (по мнению обучающихся). Безусловно, такие показатели требуют работы по снижению уровня тревожности.

На основе анализа полученных данных была разработана комплексная программа социально-психологического сопровождения выпускников в период подготовки к ГИА с целью их адаптации к предстоящим экзаменам.

Повторная диагностика показала результативность программы.

Основными направлениями социально-психологического сопровождения являются работа со школьниками, взаимодействие с учителями-предметниками и работа с родителями обучающихся.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Государственная итоговая аттестация – важный, сложный и ответственный этап в жизни каждого школьника. Комфортность, успешность, внутренняя бесконфликтность всего периода подготовки к ГИА и сдачи ОГЭ и ЕГЭ во много зависят от того, насколько благоприятно прошел период адаптации старшеклассников к экзаменационным испытаниям.

Нами были выявлены три показателя психологической готовности к ГИА: осведомленность и умелость в процедурных вопросах сдачи ОГЭ и ЕГЭ, способность к самоорганизации и самоконтролю, экзаменационная тревожность.

Проведенное исследование подтверждает актуальность заявленной проблемы. Среди старшеклассников 40% испытывают очень серьезные затруднения в адаптации к ГИА. Почти 40% школьников в начале исследования имели показатель психологической готовности среднего уровня. И лишь по отношению к пятой части (20%) выпускников мы можем говорить, что у них адаптационный процесс проходит без особых затруднений.

Сопоставление результатов исследования, видим, что относительно благоприятная ситуация сложилась по первому показателю – процедурной осведомленности и умелости. Однако полностью благополучной ситуацию по этому аспекту признать нельзя. Здесь требуется оказание помощи учащимся.

По второму показателю – способности к самокоррекции и самоконтролю – низкий уровень готовности продемонстрировали 30% девятиклассников и 30% учащихся 11-х классов, средний уровень – 40% и 30% соответственно, выше среднего – 30 и 25, высокий уровень готовности

наблюдался только у учащихся 11-х классов – 15%. Такая ситуация говорит о необходимости вести социально-психологическую работу по подготовке учащихся к ГИА.

Третий показатель – экзаменационная тревожность. По этому показателю высокий уровень готовности – 0 % как в девярых, так и в одиннадцатых классах. Готовность выше среднего уровня в девярых классах составила 25%, а в одиннадцатых – 10%. Это является следствием восприятия ЕГЭ как более важного экзамена по сравнению с ОГЭ. Уровень тревожности необходимо снижать.

Процесс адаптации осложнялся многими причинами. Прежде всего это стрессогенная ситуация самой процедуры экзамена, переживания школьников за результат экзамена, давление со стороны учителей и родителей, которые требуют от школьников получения высоких баллов на экзамене: для одних – это вопрос профессионального престижа, для других – личного. Психоэмоциональное состояние школьников в период адаптации вызывает тревогу. Это обуславливает необходимость организации целенаправленной социально-педагогической помощи выпускникам в период подготовки к ГИА. При этом важно отметить, что в зоне внимания социального педагога, психолога, классного руководителя должны оказаться все учащиеся, не зависимо от их нахождения в какой-либо адаптационной зоне: с одними должна вестись в большей степени социально-педагогическая работа коррекционной направленности; с другими – работа, поддерживающая и развивающая их мотивацию.

Разработанная программа адаптации выпускников к ОГЭ и ЕГЭ носит комплексный характер. К безусловным достоинствам предложенной программы следует отнести то, что в ней предусмотрена работа не только с самими учащимися, но и их родителями и учителями-предметниками. Адаптация обучающихся выпускных классов к ГИА во многом зависит от семейного микроклимата, от авторитета родителей и степени их

осведомленности в вопросах экзаменационной адаптации школьников и путях оказания им помощи и поддержки.

Чтобы родители стали помощниками педагогического коллектива в сопровождении процесса адаптации, необходимо оказывать профессиональную социально-педагогическую помощь родителям. В программе предусмотрен ряд мероприятий, позволяющих повысить уровень осведомленности родителей по вопросам проведения ОГЭ и ЕГЭ и педагогическую культуру родителей. К сожалению, уже до апробации программы ее составителям стало понятно, что это направление работы может стать уязвимым по банальной причине: не все родители (законные представители) смогут присутствовать на всех программных мероприятиях. Кроме того, не все родители понимают свою ответственность за успешность своих детей-школьников на экзамене. В связи при работе с родителями необходимо прежде всего разъяснить их ответственность за успешность школьников на ОГЭ и ЕГЭ. Мы предлагаем поддержать акцию ЕГЭ для родителей. При этом необходимо разъяснить родителям, что главная задача такого «экзамена» для них – наглядно продемонстрировать процедуру ЕГЭ, дать возможность почувствовать возможные страхи их детей – выпускников школы, чтобы родители могли говорить с детьми об экзамене, зная ситуацию изнутри. При этом родителям необходимо объяснить, что их отметка за экзамен будет известна только им самим (боязнь получить низкие баллы провоцирует нежелание родителей участвовать в подобных экспериментах). Считаем также необходимым на уровне учебного учреждения организовать пробный ЕГЭ совместно для родителей и детей.

Взаимодействие социального педагога и психолога с учителями-предметниками – обязательный компонент разработанной программы.

Учителю необходимо знать и понимать те психологические трудности, которые возникают у школьников в период подготовки к экзаменам, так как успешность и выбор способов поддержки школьников зависит не только от школьной социально-психологической службой, но и от учителя.

Консультирование позволяет показать важность психологической подготовки выпускников к ГИА. Учитель может получить советы по контролю стрессовых состояний учащихся, особенностям работы с детьми с высокой тревожностью и низким уровнем самоконтроля.

Работа непосредственно с учащимися велась по нескольким направлениям. Одним из направлений работы стала диагностика. Первичная диагностика позволила определить группы учащихся по уровню психологической готовности к экзаменационным испытаниям, диагностика в процессе реализации программы позволяет отслеживать эффективность деятельности социального педагога и психолога.

Консультирование учащихся способствовало формированию у них понимания возникающих проблем.

Целью коррекционно-развивающего направления работы явилась организация систематической работы с учащимися «группы риска».

Профилактическая работа направлена на предупреждение явлений дезадаптации школьников – трудностей в интеллектуальном и личностном развитии.

Можно говорить, что блок работы с учащимися отличается комплексностью. Программой запланировано развитие познавательной сферы учащихся, развитие мотивационного компонента, снижение уровня школьной тревожности, обучение взаимодействию с одноклассниками, учителем, принятие правил процедуры экзамена.

Повторная диагностика, проведенная в ходе реализации программы, показала рост уровня психологической готовности школьников к ОГЭ и ЕГЭ. Это представлено на диаграммах, отображенных на рисунках 10-15 (Приложение).

Итоговая результативность программы оценивалась по результатам сдачи экзаменов. В девятых классах средние оценки ОГЭ по всем дисциплинам оказались выше выставленных годовых.

Таким образом, программа должна способствовать благоприятному завершению процесса адаптации выпускников к экзаменационному испытанию в формате ОГЭ и ЕГЭ. Главными проводниками благоприятной адаптации при этом являются социальный педагог образовательного учреждения, психолог, классный руководитель и родители.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/, свободный (дата обращения 04.04.2019).

2. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_120805/, свободный (дата обращения 06.04.2019).

3. Всемирная декларация об обеспечении выживания и защиты интересов ребёнка (Принята на Всемирной встрече на высшем уровне в интересах детей, Нью-Йорк, 30 сентября 2000 г.) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/decl_child90.shtml, свободный (дата обращения 10.04.2019).

4. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/, свободный (дата обращения 06.04.2019).

5. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 29.05.2019) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/, свободный (дата обращения 10.04.2019).

6. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации [Электронный ресурс]: федер. закон от 24.07.98 N 124-ФЗ (последняя редакция с изменениями на 27 декабря 2018 года) – URL: <http://www.zakonprost.ru/zakony/o-pravah-rebenka>, свободный (дата обращения 12.04.2019).

7. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018г.) [Электронный ресурс]. – URL: <https://fzakon.ru/laws/federalnyy-zakon-ot-29.12.2012-n-273-fz/>, свободный (дата обращения 11.04.2019).

8. Об образовании в Саратовской области: закон Саратовской области от 28 ноября 2013 г. № 215-ЗСО (с изм. на 18.10.2017г.) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.consultant.ru/>, свободный (дата обращения 12.04.2019).

9. Приказ Минпросвещения России, Рособрнадзора от 10.01.2019 № 9/18 «Об утверждении единого расписания и продолжительности проведения единого государственного экзамена по каждому учебному предмету, требований к использованию средств обучения и воспитания при его проведении в 2019 году» (Зарегистрирован 13.03.2019 № 54036) [Электронный ресурс]. – URL: http://www.fipi.ru/sites/default/files/document/normativ/raspisanie_ege_2019.pdf, свободный (дата обращения 20.05.2019).

10. Приказ Минпросвещения России, Рособрнадзора №190/1512 от 07.11.2018 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования» [Электронный ресурс]. – URL: http://www.fipi.ru/sites/default/files/poryadok_gia-11_ot_07.11.2018_no_190-1512.pdf

11. О социально-педагогической работе с детьми: методическое письмо Министерства образования РФ № 61/20-11 от 27 февраля 1995 г. (Подготовлено во исполнение решения коллегии Министерства образования Российской Федерации «О практике социально-педагогической работы в России и перспективах ее развития» от 27 октября 1993 г. № 19). – URL: <http://pandia.ru/text/80/400/907.php>, свободный (дата обращения 11.04.2019).

12. Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования [Электронный ресурс]: письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296. – URL:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/55071318/>, свободный (дата обращения 10.04.2019).

13.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (с изменениями на 18 мая 2015 года) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/nachalnaya-shkola/fgos/fgos-noo-s-izmeneniyami-na-18-maya-2015-goda.html>, свободный (дата обращения 03.05.2019).

14.Андреев, П.В. Развитие стрессоустойчивости старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ как фактор сохранения психологического здоровья выпускников школ / П.В. Андреев // Актуальные проблемы безопасности жизнедеятельности детей и пути их решения. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Под общей редакцией Н.В. Тимушкиной, Д.В. Воробьева. – 2017. – С. 21-25.

15.Ахутина, Т. В. Нейропсихология индивидуальных различий детей как основа использования нейропсихологических методов в школе / Т.В. Ахутина // 1-я междунар. конф. памяти А. Р. Лурия : сб. докл. / под ред. Е. Д. Хомской, Т. В. Ахутиной. – М., 1998. – С. 201–208.

16.Барышев, А.Ю. Программа психологической подготовки к ЕГЭ / А.Ю. Барышев // Справочник заместителя директора. – 2009. – № 4. – С.5-18.

17.Борцова, М.В., Борцова, А.А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса формирования психологической готовности старшеклассников к итоговой аттестации / М.В. Блорцова, А.А. Борцова // Молодой исследователь: вопросы науки и практики сборник трудов II Региональной научно-практической конференции. Филиал ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» в г. Славянске-на-Кубани. – Киров, 2019.– С. 196-201.

18.Водяха, Ю. Е. Психологическая готовность старших подростков к единому государственному экзамену в условиях образовательной организации / Ю.Е. Водяха // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2017. – № 3. – С. 6-10.

19.Володина, А.А., Фараджева, Н.А. Оказание психологической помощи школьникам при экзаменационном стрессе / А.А. Володина, Фараджаева Н.А. // Образование в области безопасности жизнедеятельности и новых технологий: проблемы и перспективы развития. Сборник статей II Всероссийской научно-практической конференции / Ответственный редактор Л.С. Романова. – Чита, 2017. – С. 42-44.

20.Гребенникова, О. А. Методика работы социального педагога в школе: учеб.-метод. пособие [Текст] / О.А. Гребенникова; НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2016. – 99 с.

21.Корниенко, Н.В.Технологии работы социального педагога с неблагополучной семьей [Электронный ресурс] / Н.В. Корниенко, Ю. С. Ковалевская // Амурский научный вестник. – 2011.– № 2. – С. 91–97. – URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=17914578>, свободный (дата обращения 27.03.2019).

22.Кузнецова, Л.Э., Косинова, Д.С. Теоретический анализ проблемы психологической готовности старшеклассников к единому государственному экзамену как стрессовой жизненной ситуации / Л.Э Кузнецова, Д.С.Косинова // Современная психология. Материалы V Международной научной конференции. – Казань, 2017. – С. 42-49.

23.Лихачева, А. Ю. Психологическая готовность старшеклассников к сдаче единого государственного экзамена / А.Ю. Лихачева// Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2016. – № 42. – С. 121-126.

24.Моросанова, В. И. Личностные и регуляторные предикторы успешности и надежности действий школьников в ситуации экзамена В.И. Моросанова, Е. В. Филиппова, Т. Г. Фомина // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. – 2014. – № 4. – С. 4-17.

25.Психологическое сопровождение подготовки обучающихся к итоговой аттестации. Методические рекомендации / сост. Рыженко С.К.; Краснодарский краевой институт дополнительного профессионального педагогического образования – Краснодар, 2015. – 38с.

26. Психолого-педагогическое сопровождение учащихся при подготовке к ЕГЭ: учебно-методическое пособие / сост. Л.Р. Халикова, Р.Р. Шафигуллина. – Уфа: Издательство ИРО РБ, 2012. – 240с.

27. Психологическая подготовка обучающихся к государственной итоговой аттестации /авт. – сост. И.А. Боброва, О.В. Чурсинова. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2014. – 74 с.

28. Резникова, Ю.Г. Психолого-педагогическое сопровождение выпускников образовательных учреждений в период подготовки к Государственной итоговой аттестации / Ю.Г. Резникова // Вестник Бурятского государственного университета. – 2012. –№ 1. – С.41-52.

29. Серегина, Е.А. Здоровьесберегающая подготовка старшеклассников к Единому государственному экзамену», разработанная в Магнитогорском государственном университете / Е.А. Серегина // Вестник ТГПУ. – 2011. – № 10(112). – С. 170-174.

30. Стрижиус, Е.И. Влияние «тревожности выпускника» на успешность сдачи старшеклассниками выпускных экзаменов (ЕГЭ и ГИА) / Е.И. Стрижиус // Психология обучения. – 2012. – № 12. – С. 54—67.

31. Федеральный институт педагогических измерений. Официальный сайт [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.fipi.ru>, свободный.

32. Чибисова, М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами и родителями М.Ю. Чибисова. – М., 2009. – 184 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

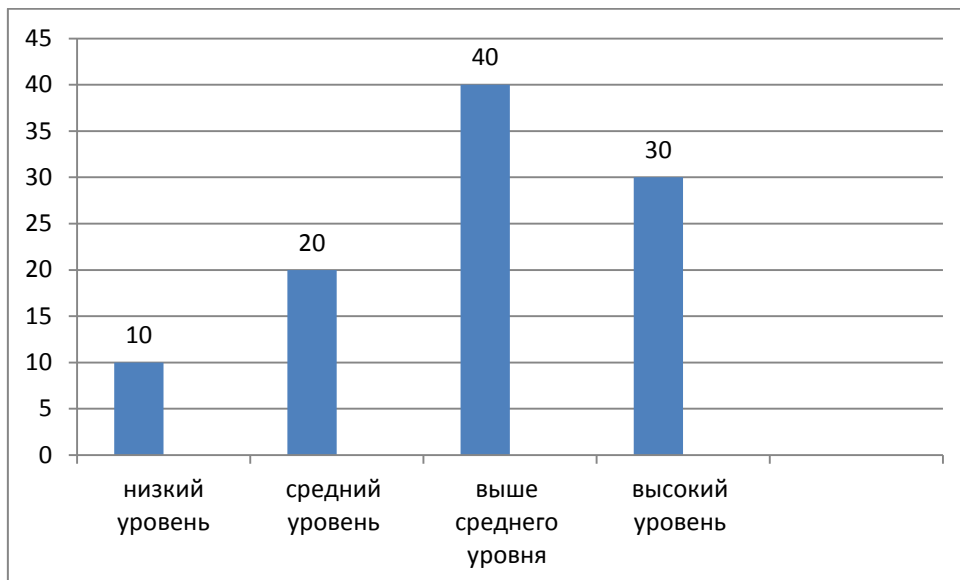


Рисунок 1. Процедурная готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов

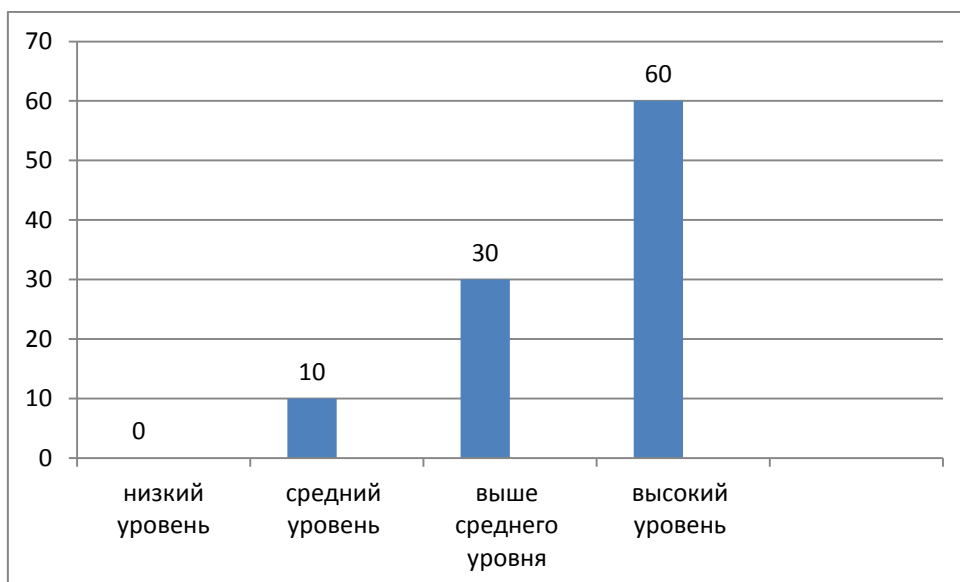


Рисунок 2. Процедурная готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов

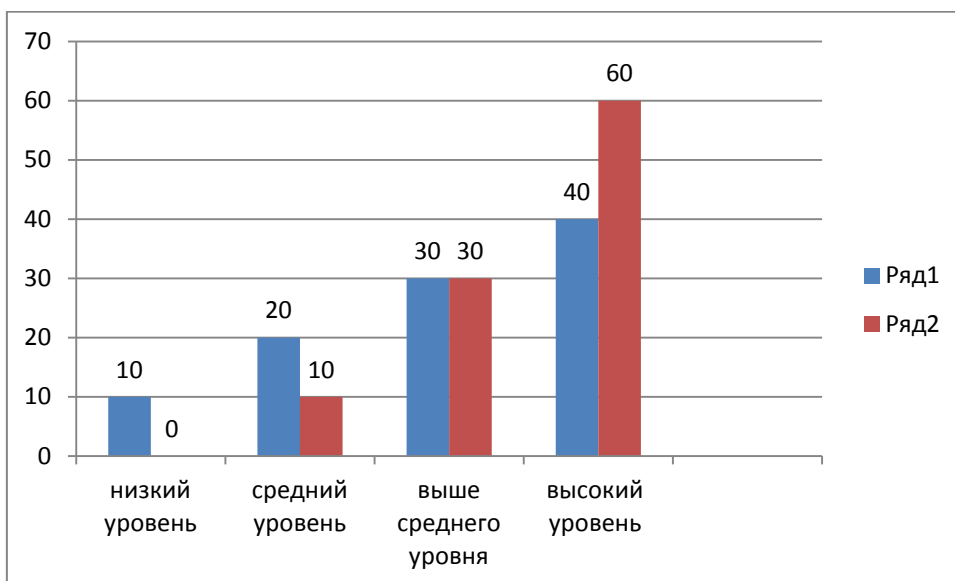


Рисунок 3. Процедурная готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов (ряд 1) и к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов (ряд 2)

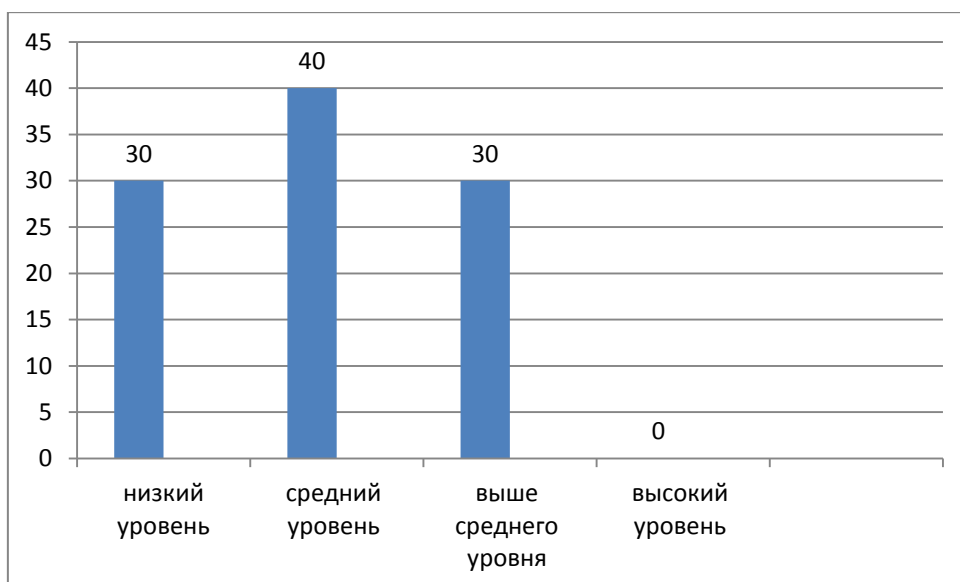


Рисунок 4. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов по показателю «Способность к самоорганизации и к самоконтролю»

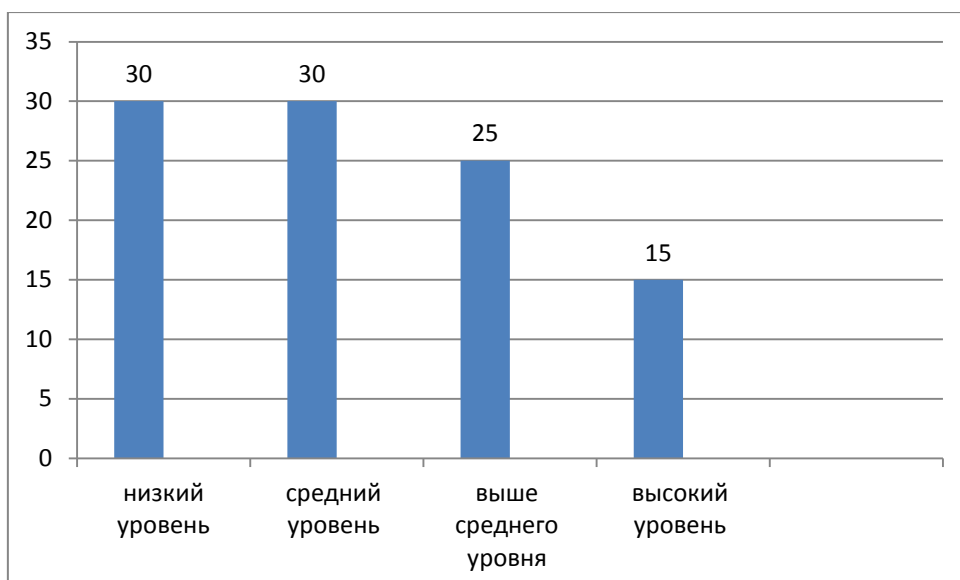


Рисунок 5. Готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов по показателю «Способность к самоорганизации и к самоконтролю»

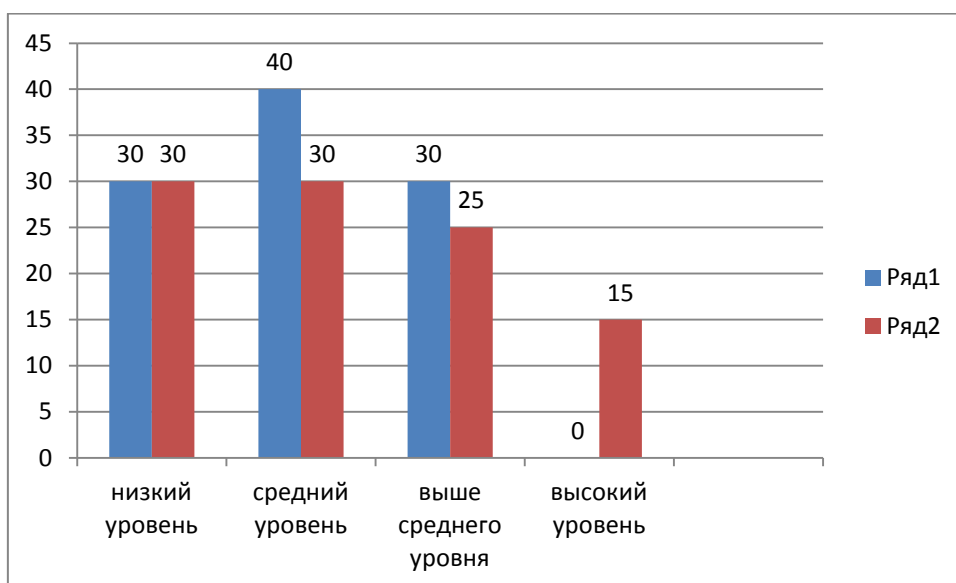


Рисунок 6. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов (ряд 1) и к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов (ряд 2) по показателю «Способность к самоорганизации и к самоконтролю»

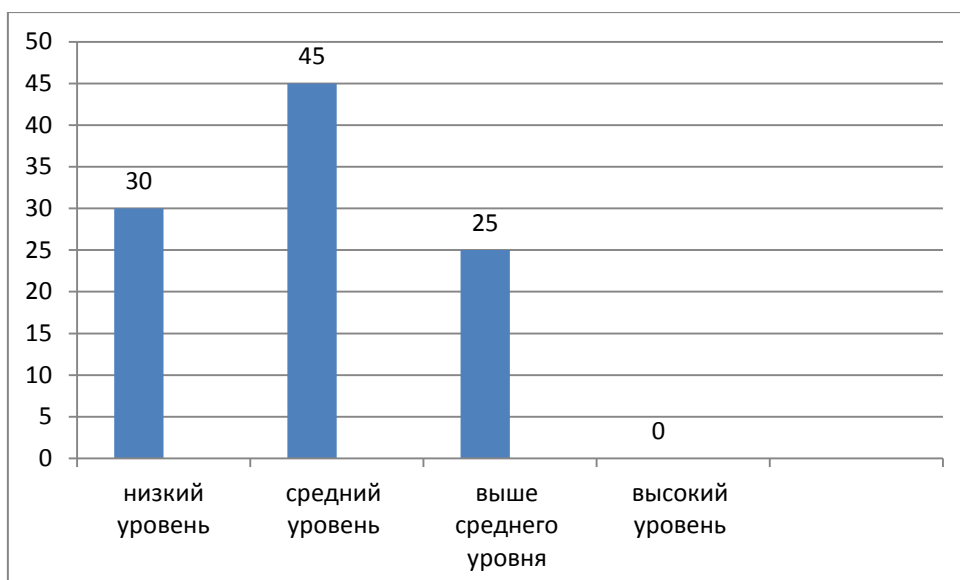


Рисунок 7. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов по показателю «Экзаменационная тревожность»

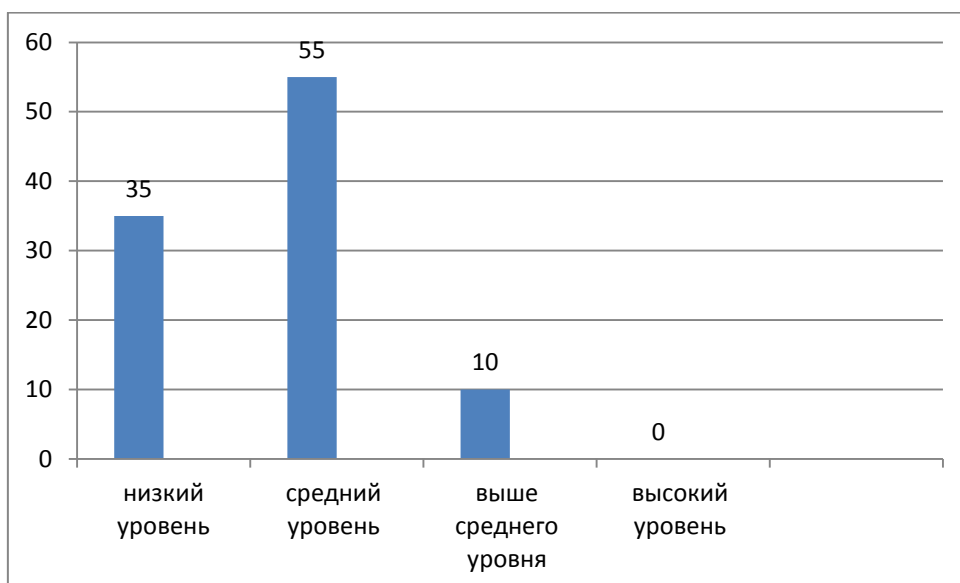


Рисунок 8. Готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов по показателю «Экзаменационная тревожность»

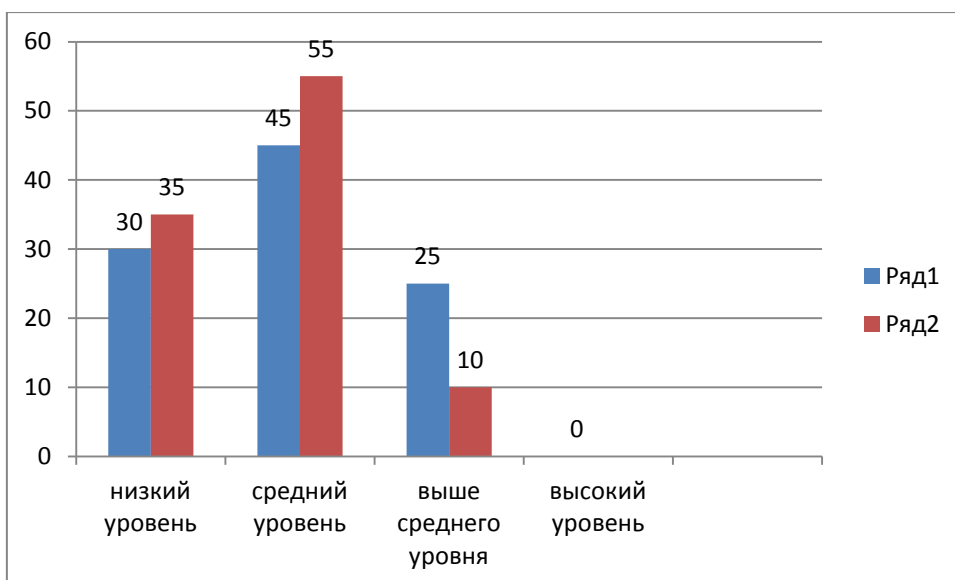


Рисунок 9. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов (ряд 1) и к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов (ряд 2) по показателю «Экзаменационная тревожность»

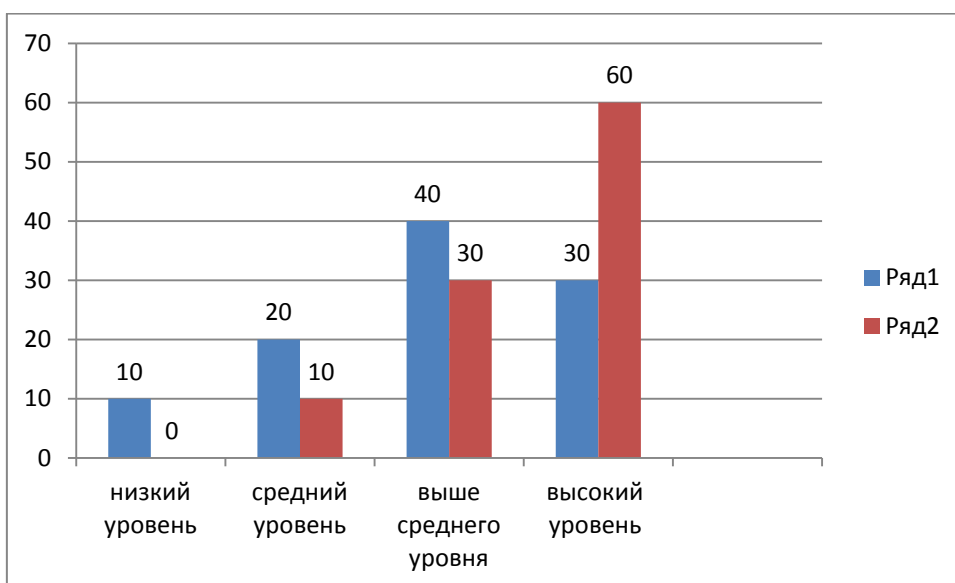


Рисунок 10. Процедурная готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).

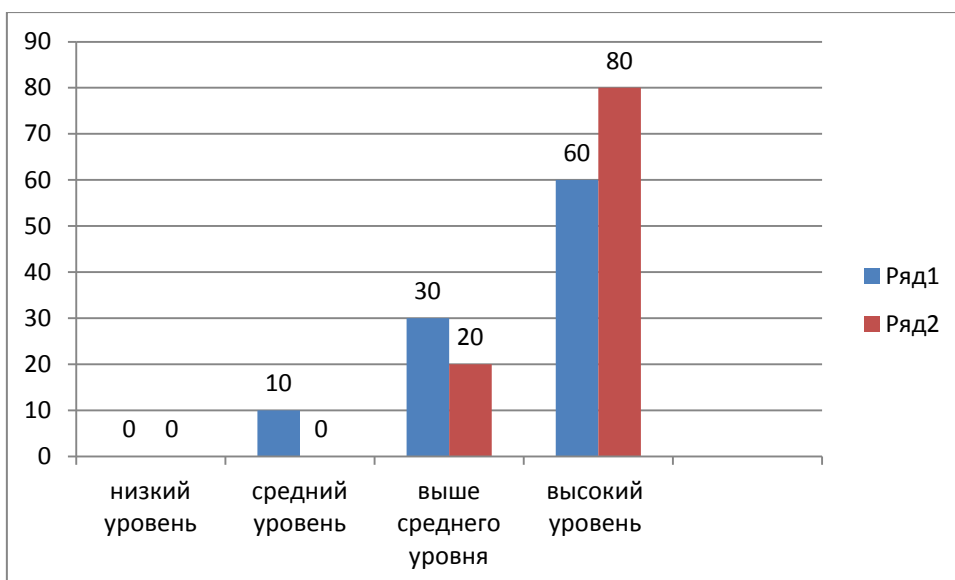


Рисунок 11. Процедурная готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).

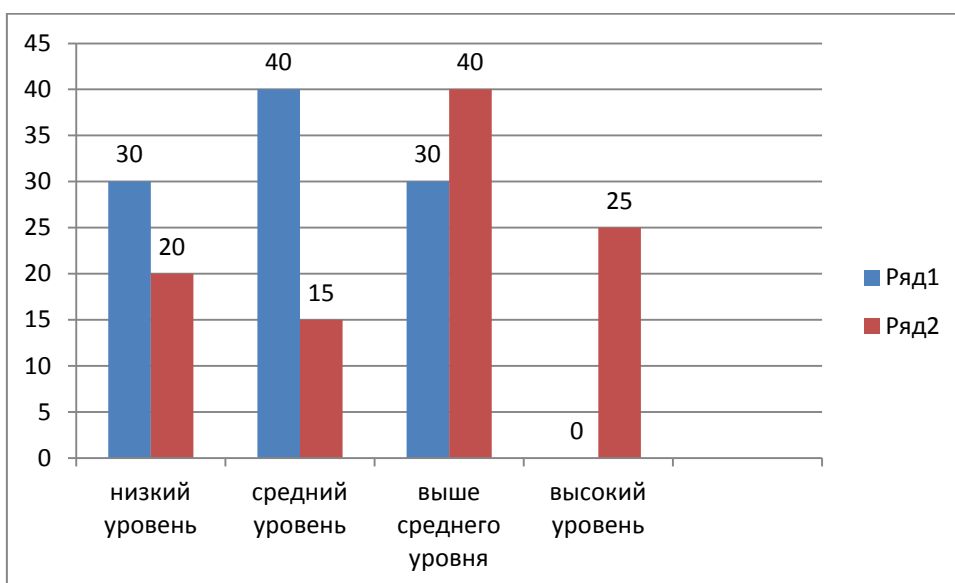


Рисунок 12. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов по показателю «Способность к самоорганизации и к самоконтролю» до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).

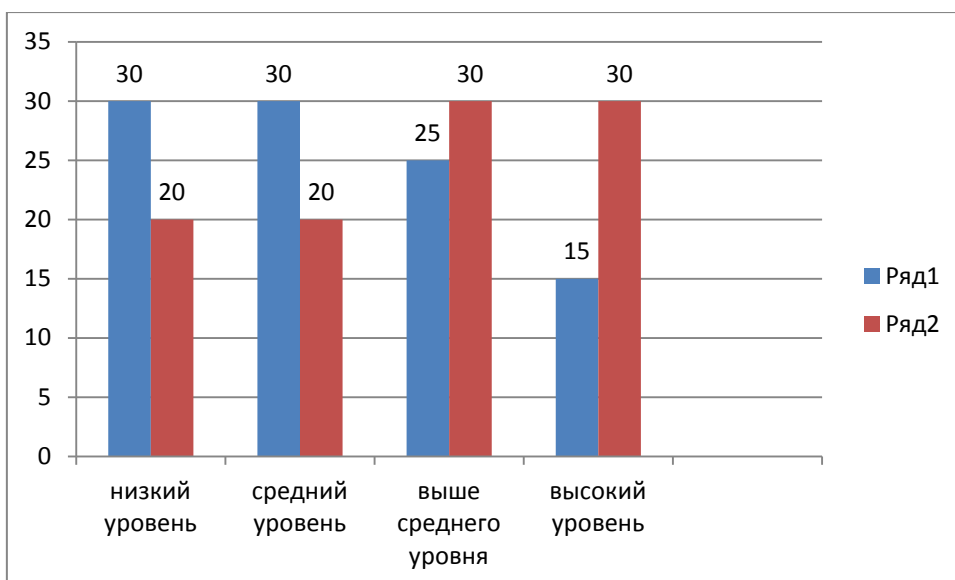


Рисунок 13. Готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов по показателю «Способность к самоорганизации и к самоконтролю» до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).

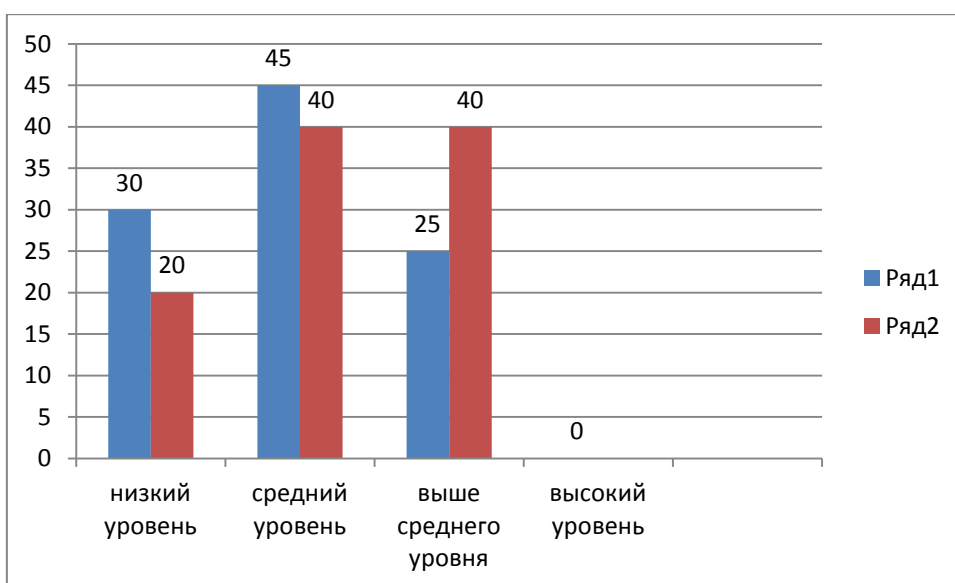


Рисунок 14. Готовность к ОГЭ среди учащихся 9-х классов по показателю «Экзаменационная тревожность» до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).

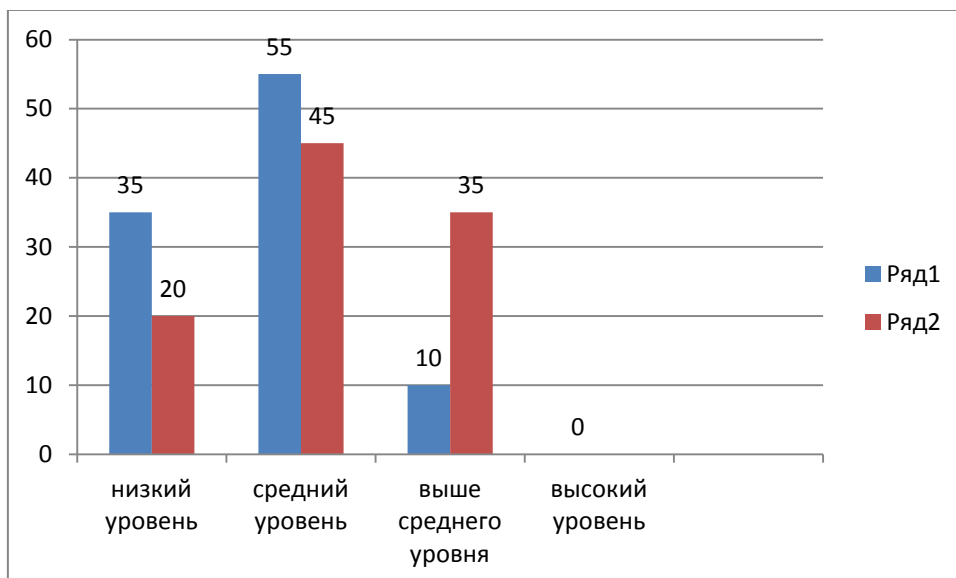


Рисунок 15. Готовность к ЕГЭ среди учащихся 11-х классов по показателю «Экзаменационная тревожность» до начала реализации программы (ряд 1) и в ходе реализации программы (ряд 2).