**ҰБТ және ОЖСБ – ге оқушыларды дайындаудағы мұғалімдерге ұсыныстар.**

**Психологические рекомендации  для учителей,** **готовящих детей к ВОУД, ЕНТ.**

Экзамены для учащихся – это всегда стрессовые ситуации. ВОУД, ЕНТ форма проведения итоговой аттестации выпускников и является дополнительным источником тревожности. Следовательно, ВОУД, ЕНТ могут стать достаточно сильным стрессом для выпускников.               Очевидно, что в этой ситуации выпускник более чем когда-либо нуждается в психологической помощи и поддержке родителей, педагогов, психологов. Данные рекомендации помогут педагогам грамотно и эффективно поддержать выпускников.

• Сосредоточивайтесь на позитивных сторонах и преимуществах учащегося с целью укрепления его самооценки.

• Помогайте подростку поверить в себя и свои способности.

• Помогайте избежать ошибок.

• Поддерживайте выпускника при неудачах.

• Подробно расскажите выпускникам, как будет проходить ВОУД, ЕНТ, чтобы *каждый*из них последовательно представлял всю процедуру экзамена.

•Приложите усилия, чтобы родители не только ознакомились с правилами для выпускников, но и не были сторонними наблюдателями во время подготовки ребенка к экзамену, а, наоборот, оказывали ему всестороннюю помощь и поддержку.

•Учитывайте во время подготовки и проведения экзамена индивидуальные психофизиологические особенности выпускников. Психофизиологические особенности – это устойчивые природные характеристики человека, которые не меняются с возрастом и проявляются в скорости протекания мыслительно-речевых процессов, в продуктивности умственной деятельности.

**ҰБТ және ОЖСБ тапсыратын оқушылардың сынып жетекшілеріне кеңестер.**

**Советы классному руководителю учащихся,  готовящихся к сдаче ВОУД, ЕНТ**

Одной из основных целей ВОУД, ЕНТ является получение более эффективного инструмента оценки качества образования. Введение экзамена в тестовой форме предполагает наличие готовности ее участников. Поэтому сегодня особым образом актуализируется оказание психологической, педагогической и информационной поддержки всем участникам ВОУД, ЕНТ.

Сегодня, когда идет организационно-технологическая подготовка к ВОУД, ЕНТ, прослеживается общее нарастание тревожности перед тестированием. Именно поэтому встает задача – определить возможные направления психологической работы с учащимися по снятию напряжения и страха перед тестированием, рассказать о тех методах и приемах самоорганизации, которые помогут ученику актуализировать свои знания в процессе тестирования.

**Экзаменационная (тестовая) тревожность**

Экзамены представляют собой нелегкую, но неизбежную часть нашей жизни. Одни воспринимают экзамены достаточно легко и идут на экзамены, уверенные в успехе. У других – экзамен и оценка за него тесно связаны с беспокойством и тревогой. Они не только накануне экзамена, но иногда лишь при мысли о нем испытывают состояние страха, неуверенности в себе и тревоги. Эти состояния называются экзаменационной или тестовой тревожностью.

**Наблюдается в состоянии экзаменационной тревожности и стресса:**

• нарушение ориентации, понижение точности движений;

• снижение контрольных функций;

• обострение оборонительных реакций;

• понижение волевых функций.

Именно поэтому крайне необходима психолого-педагогическая  помощь, как во время подготовки, так и во время проведения ЕГЭ.

**Как помочь детям подготовиться к экзаменам**

• Подбадривайте детей, хвалите их за то, что они делают хорошо.

• Не повышайте тревожность ребенка накануне экзамена.

• Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок.

• Помогите детям распределить темп подготовки по дням.

• Приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять.

**В подготовительный период рекомендуем:**

• Оформить уголки для учащихся, учителей, родителей.

• Не нагнетать обстановку.

• Повысить степень «прозрачность» подготовки и проведения ВОУД, ЕНТ

**Рекомендации по оформлению классных уголков**

Классный уголок в выпускном классе выполняет функцию информирования учащихся о различных аспектах подготовки к выпускному экзамену. Среди материалов, размещенных в уголке, могут быть:

• нормативные документы, позволяющие более подробно ознакомиться с требованиями и особенностями экзамена;

• психологические и педагогические рекомендации о подготовке к экзаменам;

• график консультаций по предметам;

• памятки, с которыми ведется работа;

• расписание пробных и основных экзаменов на текущий учебный год.

• подробная информация о требованиях к заполнению бланков;

• примеры бланков ВОУД, ЕНТ.

Помимо обще информативной, уголок может также выполнять поддерживающую функцию. Для этого в уголке можно размещать утверждения, повышающие уверенность в себе и создающие ситуацию успеха. Например: «Сдать экзамен нам по силам!» и пр.