**Справка**

**о проведении диагностики уровня тревожности**

**среди учащихся 11 класса**

**МБОУ СОШ №32 2020-2021 учебный год**

**Цель:** Определить уровень психологической готовности к ЕГЭ и выявление трудностей в подготовке к ЕГЭ. Определить уровень тревожности выпускников в ситуациях проверки знаний.

**Сроки:** март 2021 год.

**Объект:** 11-й класс.

**Диагностический материал:**

*1)* Тест «Подвержены ли вы экзаменационному стрессу?» (заполняется школьниками)

*2)* Тест«Шкала тревожности Сирса» (заполняет классный руководитель)

3) Тест “Определение уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ” (заполняется школьниками).

Процедура прохождения Единого государственного экзамена — деятельность сложная, отличающаяся от привычного опыта учеников и предъявляющая особые требования к уровню развития психических функций. Единый государственный экзамен имеет ряд особенностей. Эти особенности могут вызывать у выпускников различные трудности. С этой целью мною была проведена диагностическая работа в 11 -м классе:

1. Посещение уроков по предметам.

2. Беседы с учителями-предметниками и классным руководителем.

3. Диагностическая работа.

**1. Тест «Подвержены ли вы экзаменационному стрессу?»** (заполняется школьниками)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **11-а класс 9/8** | | |
| ***Низкий уровень*** | ***Средний уровень*** | ***Высокий уровень*** |
| 2 учеников -25% | 5 учеников – 62% | 1 ученик -13% |
| Вы спокойны, рассудительны, умеете управлять своими эмоциями. Вы готовы к любым испытаниям и уверены, что бы ни произошло, все будет хорошо. У вас все шансы удачно справиться с экзаменационными заданиями. | Вы от природы тревожны. И теперь, перед экзаменами, вы переживаете стресс. | Стресс очень сильный. Обратитесь за помощью к родителям. Не держите все в себе. |

**2. Тест«Шкала тревожности Сирса»** (заполняет классный руководитель)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **11-а класс 9/9** | | |
| *Низкий уровень тревожности* | *средний уровень тревожности* | *высокий уровень тревожности* |
| 9 учеников -100% | 0 | 0 |

**3.** **Тест “Определение уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ”** (заполняется школьниками).

Знакомство с процедурой экзамена

*Высокий* уровень знания процедуры экзамена в 11 «А» классе имеют 7 учеников и 1 ученик имеет средний уровень знания. Учащиеся с данным уровнем хорошо представляют, как проходит ЕГЭ. Знают, какие задания необходимо выполнить, чтобы получить желаемую оценку. В целом достаточно много знают о ЕГЭ.

Позитивное отношение к жизни (оптимизм, активность и уверенность в себе) - это то, что отличает «победителя», «счастливчика от неудачника. При этом успех и удача, конечно, способствуют такому положительному отношению, но и само оно создает условия, «приманивая» удачу и успех. Очень важно не путать такое позитивное отношение с бездумным ожиданием подарков судьбы, роз с неба, причем даже без шипов. Основой такого отношения является вера в себя, ощущение своих возможностей. «Пессимист видит трудности в каждой возможности; оптимист в каждой трудности видит возможности».

**Выводы:**

1. В классе преобладает высокий уровень знакомства с процедурой экзамена. Это говорит о том, что учащиеся знакомы технологией и условиями проведения ЕГЭ, знают преимущества ЕГЭ.
2. В 11-мклассе уровень тревоги находится на среднем уровне, следовательно, одиннадцатиклассники более уверены в себе и своих силах.
3. В целом в 11-м классе уровень психологической готовности к сдаче ЕГЭ у учащихся средний.

**Рекомендации:**

1. Организовать работу, направленную на снижение экзаменационной тревоги, повышение уверенности в себе и обучением навыкам самоконтроля у учащихся имеющих высокий уровень тревожности и низкие показатели по шкале самоконтроля. Обучать учащихся конструктивному поведению в стрессовых ситуациях.
2. Обращать основное внимание на позитивные стороны и преимущества учащихся с целью укрепления и повышения их самооценки. Поддерживайте выпускника при неудачах, вселяйте уверенность в том, что в школе он учится и ошибки при получении знаний неизбежны. Обращайте внимание, что все задания экзамена составлены на основе школьной программы. Поэтому сдать экзамен может каждый выпускник.
3. Привлекать родителей к активному участию в подготовке выпускников к экзаменам. Родителям следует не только ознакомиться с правилами для выпускников, но и оказывать им всестороннюю помощь и поддержку, создавать благоприятные условия, предъявлять адекватные требования.
4. Не допускать физической и психической перегрузки учащихся за счет чрезмерных домашних заданий и дополнительных занятий. Подготовка к экзаменам не должна наносить ущерб здоровью детей.
5. Создавать благоприятный социально-психологический климат в выпускном классе, который отличается положительным эмоциональным фоном, готовностью каждого к сотрудничеству и эффективному взаимодействию.

**Социальный педагог Тагирова Р.Т.**