

## 1. Аннотация проекта

### проект «Программа психолого-педагогического сопровождения выпускников

### 9 и 11 классов в период подготовки к единому государственному экзамену «БУДЬ ГОТОВ!»

- **Номинация** – общешкольный проект
- **Участники** – выпускники 9 и 11 классов
- **Цель проекта** : отработка стратегии и тактики поведения в период подготовки к единому государственному экзамену; обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля; повышение уверенности в себе, в своих силах.
- **Задачи проекта**:
  - Повышение сопротивляемости стрессу.
  - Отработка навыков уверенного поведения.
  - Развитие эмоционально-волевой сферы.
  - Развитие чувства эмпатии, внимания к себе и доверия к окружающим.
  - Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
  - Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.
  - Обучение навыкам конструктивного взаимодействия.
- **Краткое описание**: Проанализировав научно-методическую литературу и источники сети Интернет, мы составили программу психолого-педагогического сопровождения выпускников в период подготовки к единому государственному экзамену . Предлагаемые нами материалы могут быть использованы для «устной», ситуативной поддержки школьника непосредственно перед экзаменом, для проведения групповых занятий, в процессе консультирования.
- **Информационные технологии**: Microsoft Office Word, Microsoft Office Power Point, Microsoft Office Publisher, Microsoft Internet Explorer.
- **Ключевые слова**: ЕГЭ, ГИА, психологическая готовность.
- **Автор**: Поляничкина Олеся Вениаминовна, социальный педагог МОУ «Чекрушанская средняя общеобразовательная школа» Тарского муниципального района Омской области

## 2. Планирование проекта

- **Актуальность:** С каждым годом значимость ЕГЭ, в том числе и субъективная, становится все выше. Умению сдавать экзамены, как ни странно, никто специально не учит, вместе с тем соответствующие психотехнические навыки очень полезны, они не только повышают эффективность подготовки к экзаменам, позволяют более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, овладевать собственными эмоциями и т.п. Как правило, соответствующая работа с будущими выпускниками не только не вызывает сопротивления, но и приветствуется большинством учащихся.
- **Ожидаемые результаты:**
  - повышение сопротивляемости стрессам;
  - обретение уверенности, способности контролировать эмоции и концентрировать внимание;
  - осознание собственной ответственности в получении результата экзамена.
- **Образовательная среда:** проект был реализован в МОУ «Чекрушанская СОШ» Тарского муниципального района Омской области при использовании ресурсов школы, компьютерного класса.
- **Программа проекта:** проект включает в себя 3 этапа:
  - I этап – подготовительный (диагностирование уровня тревожности выпускников, определение социотипа, подготовка рекомендаций для учителей-предметников, проведение родительского всеобуча)
  - II этап – практический (проведение тренинговых занятий)
  - III этап – отслеживание результатов
- **Дополнительная информация:**



Отзыв на программу (кафедра педагогики и психологии филиала ОмГПУ в г. Таре)

Слайд 1

Слайд 2

Слайд 3

Слайд 4

Слайд 5

### 3. Учебно-методические материалы

- **Теоретические основы программы:**
- Материалы курса «Психолого-педагогическая подготовка школьников к сдаче выпускных экзаменов в традиционной форме и в форме ЕГЭ» под редакцией М. Ю. Чибисовой. Педагогический университет «Первое сентября».
- При составлении программы использовались тренинговые упражнения, тесты, диагностики С. Кэррела, К. Леонгард, А. Лидерс, Л. Василюк, И.А. Баевой и др.
- **Литература, интернет-ресурсы.**



- **Методический комплекс программы состоит** из 5 презентаций, буклетов, планов проведения занятий. Каждое занятие включает в себя лекционный и дискуссионный материалы, диагностические тесты, практические советы, тренинговые упражнения.

#### Занятия

#### Презентации

#### Буклеты

- **Родительский всеобуч** «Подготовка к ЕГЭ – общая задача семьи и школы»

- **Семинар для педагогов** «Подготовка учащихся к ЕГЭ»

#### **Определение социотипа учащихся**

№ п/п	Тематический план Название темы	Кол-во часов
1.	Как лучше подготовиться к экзаменам	1
2.	Поведение на экзамене	1
3.	Способы снятия нервно-психического напряжения	1
4.	Как бороться со стрессом	1
5.	Эмоции и поведение	1
Всего		5

Слайд 1

Слайд 2

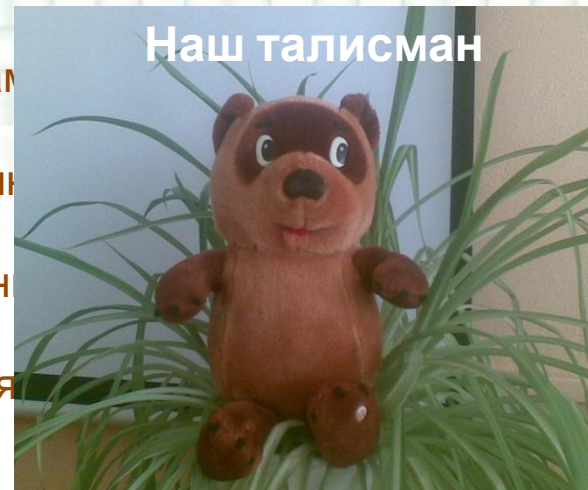
Слайд 3

Слайд 4

Слайд 5

## 4. Оценка

- Данная программа была составлена и реализована в МОУ «Чекрушанская СОШ» в 2008 – 2009 учебном году. По отзывам выпускников, педагогов и учителей можно сделать вывод о том, что использование программы приводит к повышению сопротивляемости стрессам, на экзамене обучающиеся, прошедшие данный курс, чувствуют себя уверенно, способны контролировать свои эмоции и концентрировать внимание. Обучающиеся применяют полученные навыки самоконтроля, осознают собственную ответственность в получении результата экзамена.
- В 2010 году программа получила Грант Администрации Тарского муниципального района на ее дальнейшую реализацию



Наш талисман

Надежный и  
верный друг  
Вини-Пух



Слайд 1



Слайд 2



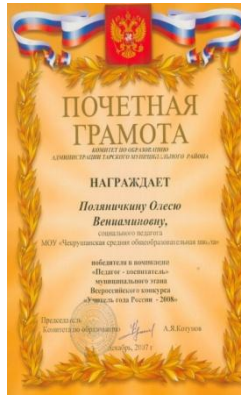
Слайд 4

Слайд 5

## 5. Об авторе проекта



- Автор:** Поляничкина Олеся Вениаминовна, социальный педагог, 1 квалификационная категория, стаж работы – 12 лет, руководитель школьного пресс-центра, классный руководитель 9 класса, активная участница школьных, сельских и районных творческих фестивалей, конкурсов, концертных программ.



- Школа:** МОУ «Чекрушанская средняя общеобразовательная школа» Тарского муниципального района Омской области
- Контактная информация:** 646504, Омская область, Тарский район, село Чекрушево, ул. Первомайская, 29



**E-mail школы:** [mou-cekrushevo@yandex.ru](mailto:mou-cekrushevo@yandex.ru)

**E-mail личный:** [olesya-polyanich@mail.ru](mailto:olesya-polyanich@mail.ru)

Слайд 1

Слайд 2

Слайд 3

Слайд 4

Слайд 5