

# Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования в процессе подготовки к ГИА



# Готовность выпускников к сдаче ЕГЭ и ГИА

- понимается нами как комплекс приобретенных знаний, навыков, умений, качеств, позволяющих успешно выполнять определенную деятельность.

В готовности учащихся к сдаче экзамена в форме ЕГЭ и ГИА могут быть выделены следующие составляющие:

- **информационная готовность** (информированность о правилах поведения на экзамене, информированность о правилах заполнения бланков и т.д.);
- **предметная готовность** или содержательная (готовность по определенному предмету, умение решать тестовые задания);
- **психологическая готовность** (состояние готовности – "настрой", внутренняя настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена).

## *Психолого-педагогическое сопровождение*

---

▣ **Цель:**

**создание психолого-педагогических условий, ориентированных на способности, возможности и здоровье ученика, его потенциальные ресурсы, способствующих личностному и интеллектуальному развитию учащегося.**

## *Задачи психолого-педагогического сопровождения*

---

- **поиск, адаптация и разработка необходимых методик психолого-педагогического сопровождения выпускников;**
- **создание психолого-педагогических условий для развития познавательных возможностей учащихся и их успешного обучения;**
- **систематическое отслеживание уровня развития и обучения каждого ученика;**
- **развитие психотехнических навыков саморегуляции и управления стрессом у учащихся;**
- **оказание методической и консультативной помощи педагогам и родителям по вопросам подготовки учащихся к ЕГЭ; разработка психолого-педагогических рекомендаций.**

# *Уровни*

## *психолого-педагогического сопровождения*

---

В Методических рекомендациях по психолого - педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования» (Приложение к письму Минобразования России от 27 июня 2003г №28-51-513/16) выделяется несколько уровней сопровождения:

- Уровень класса
- Уровень учреждения
- Уровень специализированного учреждения

# *Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения на уровне ОУ*

---

## **Деятельность педагога-психолога направлена на:**

- разработку и реализацию программы (цикла занятий) по психологической подготовке учащихся к ЕГЭ и ГИА;
- разработку и реализацию программы психологической поддержки субъектов образования (педагогов, родителей);
- разработку методических рекомендаций по психологической подготовке к ЕГЭ и ГИА для учителей и родителей.

## **Формы и методы работы:**

- групповые психологические развивающие занятия для учащихся с элементами тренинга;
- проведение семинаров для учителей-предметников;
- групповые и индивидуальные консультации;
- тренинги;
- родительские собрания и др.

# *Психолого-педагогическое сопровождение на уровне класса*

---



## *Деятельность классного руководителя направлена на:*

---

- информирование и осуществление постоянной связи между субъектами системы (обучающимися, учителями-предметниками, родителями, администрацией);
- формирование позитивного отношения к новой форме аттестации;
- оказание всесторонней поддержки выпускников на протяжении всего периода подготовки к ЕГЭ и ГИА, во время проведения, а также после окончания процедуры;
- ориентировка учащихся на **действие**, как необходимое и обязательное условие успешного прохождения новой формы аттестации.



# *Деятельность учителей-предметников*

- обеспечение предметной готовности выпускников к сдаче ЕГЭ и ГИА (организация повторения изученного материала по отдельным темам содержания образования; ознакомление учащихся с требованиями оформления тестов (КИМов), критериями оценивания работы и др.)

## **Формы и методы работы:**

- проведение предметной диагностики с целью оценки уровня усвоения учащимися учебной программы;
- проведение групповых занятий в рамках базисного учебного плана;
- проведение тренинга, способствующего совершенствованию у учащихся навыка работы с КИМами;
- проведение пробного тестирования.

# *Что такое психологическая поддержка?*

---

## **□ Психологическая поддержка – это процесс:**

- **в котором взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки;**
- **который помогает поверить в себя и в свои способности;**
- **который помогает избежать ошибок;**
- **который поддерживает при неудачах.**

## **Необходимо:**

- **забыть о прошлых неудачах;**
- **помочь обрести уверенность в том, что человек справится с данной задачей;**
- **помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.**

# *Как оказывать психологическую поддержку?*

## *Правила для взрослых*

---

- ▣ **Опирайтесь на сильные стороны.**
- ▣ **Избегать подчеркивания промахов.**
- ▣ **Уметь помочь выпускнику разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.**
- ▣ **Проводить больше времени.**
- ▣ **Знать обо всех попытках справиться с заданием.**
- ▣ **Уметь взаимодействовать.**
- ▣ **Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.**
- ▣ **Принимать индивидуальность ребенка.  
Демонстрировать оптимизм.**

*Психологическое сопровождение субъектов образования в  
процессе подготовки к ЕГЭ и ГИА  
(подробности – на сайте [www.niro.nnov.ru](http://www.niro.nnov.ru))*

---

### **Для педагогов-психологов**

- модуль «Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования в процессе подготовки к ЕГЭ» (36ч.)
- Блог «Как психологически подготовить учащихся к ЕГЭ?»  
<http://www.openclass.ru/blogs/25144>
- Методические рекомендации

### **Для учителей-предметников:**

- «Конфликтология» (12ч.);
- «Тренинг разрешения конфликтных ситуаций» (12-18ч.)
- «Тренинг профилактики эмоционального выгорания» (12-18ч.)
- Семинар-тренинг «Стресс. Профилактика и управление стрессом» (12-18ч.)
- Практикум «Основные трудности ЕГЭ и стратегии психологической поддержки» (8 ч.)

*Психологическое сопровождение субъектов образования в  
процессе подготовки к ЕГЭ и ГИА*

*(подробности – на сайте [www.niro.nnov.ru](http://www.niro.nnov.ru))*

---

□ **«Программа психологической подготовки учащихся выпускных классов к ЕГЭ и ГИА» (18ч)**

**Цели программы:** формирование психологической готовности учащихся к сдаче ЕГЭ и ГИА; развитие умений и навыков управления факторами, вызывающими стресс в период подготовки и сдачи экзаменов.

**Задачи:**

- развитие уверенности в себе, выработка индивидуальной стратегии поведения в период подготовки и сдачи экзамена;
- создание условий для развития навыка постановки и достижения целей;
- обучение учащихся эффективным способам работы с текстом, способам запоминания;
- освоение учащимися методами и приемами саморегуляции, мобилизации, способами управления стрессом.

*Этапы психологического оснащения процесса  
подготовки и сдачи ГИА*

---

- подготовка к экзамену, изучение учебного материала перед экзаменом;**
- поведение накануне экзамена;**
- поведение собственно во время экзамена.**

# *Как вести себя на экзамене?*

---

- **После вскрытия пакета с экзаменационными заданиями, внимательно и аккуратно заполните регистрационный бланк во избежании ошибок, которые существенно затруднят работу экспертов и операторов.**
- **Внимательно ознакомьтесь с инструкцией по выполнению работы.**
- **Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны, так как они расположены по нарастанию трудности.**
- **Для экономии времени пропускайте задание, которое не удастся выполнить сразу, и переходите к следующему; вернетесь к нему, если после выполнения всей работы у вас останется время.**
- **Разумно используйте черновик.**
- **Постарайтесь выполнить как можно больше заданий и набрать наибольшее количество баллов, так как за выполнение различных по сложности заданий дается 1 или более баллов.**
- **Все записи выполняйте аккуратно и разборчиво, соблюдайте требования к оформлению решения и записи ответа.**

# *Тест «Мое самочувствие»*

- 1. У меня часто плохое настроение, я плачу.**
- 2. При встрече с человеком я избегаю смотреть ему прямо в глаза.**
- 3. Часто я выгляжу сердитым, подавленным.**
- 4. Большинство людей, которых я знаю или знал, разочаровали меня.**
- 5. Я почти не интересуюсь тем, что для многих является очень важным в жизни (спорт, работа, отношение окружающих)**
- 6. В последнее время я очень редко бываю веселым, практически не смеюсь.**
- 7. Я часто чувствую слабость, жалуюсь на жизнь своим близким и знакомым.**
- 8. В настоящее время у меня нет собственной позиции по многим вопросам.**
- 9. Я говорю, как правило, очень тихо, так что меня с трудом понимают собеседники.**
- 10. Часто я не знаю, как ответить на тот или иной вопрос собеседника, и просто пожимаю плечами.**



## *Способы снятия нервно-психического напряжения*

- ▣ Релаксация — напряжение — релаксация — напряжение и т.д.
- ▣ Спортивные занятия.
- ▣ Контрастный душ.
- ▣ Стирка белья.
- ▣ Мытье посуды.
- ▣ Пальчиковое рисование (ложка муки, ложка воды, ложка краски). Кляксы. Потом поговорить о них.
- ▣ Скомкать газету и выбросить ее.
- ▣ Соревнование: свое напряжение вложить в комканье газетного листа, сделать этот комок как можно меньше и закинуть подальше.
- ▣ Газету порвать на мелкие кусочки, «еще мельче». Затем выбросить на помойку.
- ▣ Слепить из газеты свое настроение.
- ▣ Закрасить газетный разворот.
- ▣ Громко спеть любимую песню.
- ▣ Покричать то громко, то тихо.
- ▣ Потанцевать под музыку, причем как спокойную, так и «буйную».
- ▣ Смотреть на горящую свечу.
- ▣ Вдохнуть глубоко до 10 раз.
- ▣ Погулять в лесу, покричать.
- ▣ Посчитать зубы языком с внутренней стороны.