

Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования в процессе подготовки к ГИА

25.01.2019

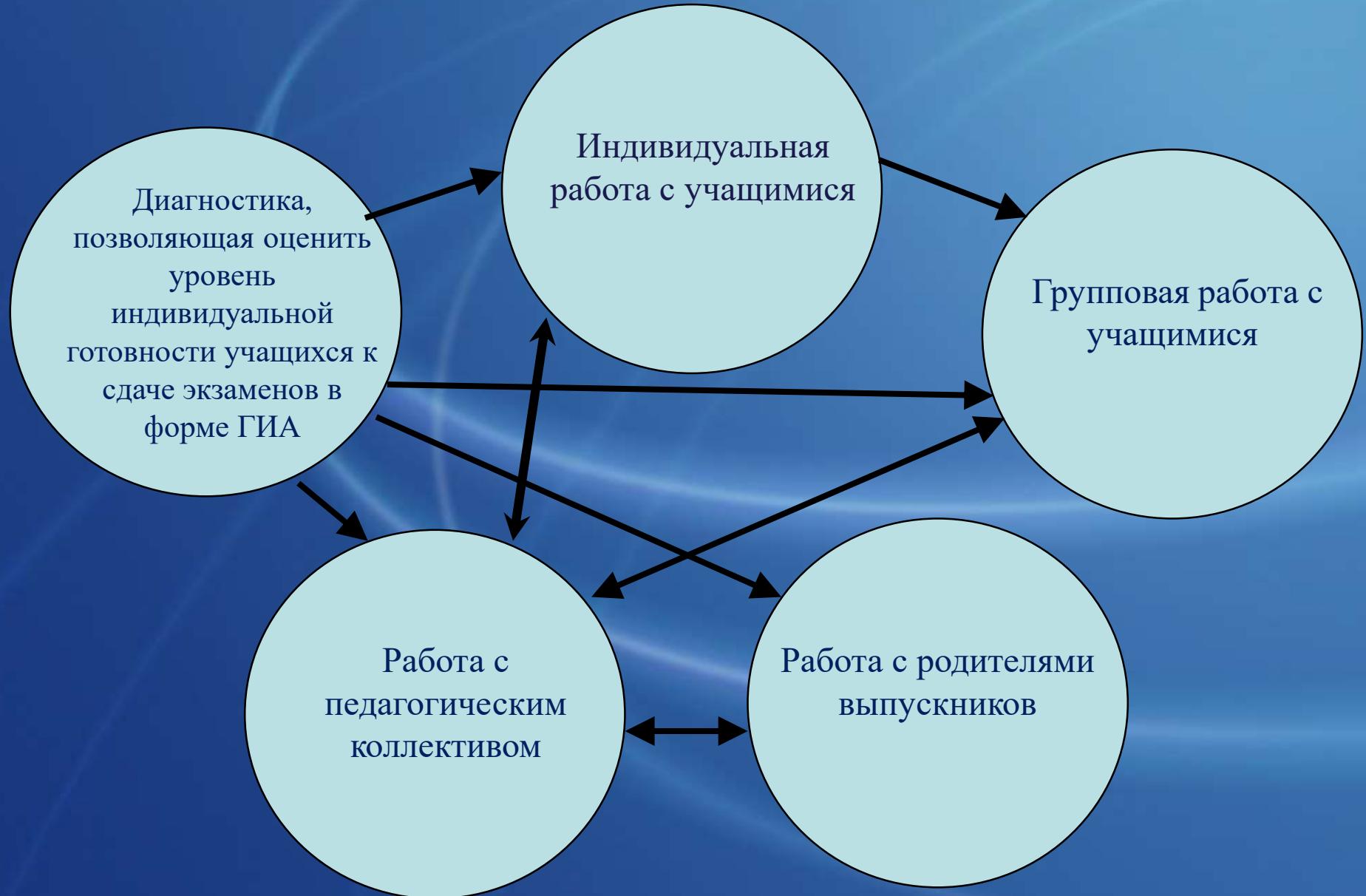


Цель психолого-педагогического сопровождения ГИА:
создание условий для овладения методами и приемами психологической подготовки и успешной сдачи Государственной итоговой аттестации.

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 у учащихся психотехнических навыков саморегуляции и управления стрессом;
- оказание методической и консультативной помощи педагогам и родителям по вопросам подготовки учащихся к ГИА; разработка психолого-педагогических рекомендаций.

МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ К ГИА



Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения ГИА

- План работы по психологической диагностике сопровождения государственной итоговой аттестации участников учебно-воспитательного процесса Сургутского естественно-научного лицея на 2018-2019 учебный год.
- План мероприятий по сопровождению участников учебно-воспитательного процесса Сургутского естественно-научного лицея к сдаче государственной итоговой аттестации на 2018-219 учебный год.
- ПРОГРАММА психолого-педагогического сопровождения учащихся 9,11 классов «Экология экзаменов»

Успешность программы психолого-педагогического сопровождения подготовки к ГИА зависит от комплексного подхода к решению данной проблемы, поэтому было предусмотрено сопровождение всех участников УВП:

**учащихся
педагогов
родителей**

Работа с родителями.

Задачи:

- Повышение осведомленности родителей и формирование реалистичной картины экзамена
- Снижение родительской тревоги

Основные направления работы школьного педагога-психолога с родителями выпускников.

1. Индивидуальное и групповое консультирование.
Проведение консультационных мероприятий с родителями выпускников по интересующим их темам.
2. Информационная поддержка. Составление и выпуск информационных материалов для родителей выпускников в виде памяток, брошюр.
3. Участие в родительских собраниях.

сентябрь

апрель

Что самое-самое главное в деле воспитания детей?
А самое главное – это, конечно, родитель и его
собственное состояние. Психологи обожают
приводить в пример пункт из инструкции
о безопасности полетов: «В случае
разгерметизации салона сначала наденьте
кислородную маску на себя, затем на ребёнка».
Потому что, если вы не сможете нормально дышать,
ребёнку уж точно никто и ничто не поможет.

Людмила Петрановская, психолог



Работа с педагогами.

Задачи:

- Ознакомление педагогов с психологической спецификой ГИА.
- Обсуждение мониторинга степени готовности к итоговой аттестации и коррекция программы действий.
- Взаимодействие в поиске эффективных методов формирования необходимых психических функций для успешной сдачи экзаменов.

Формы работы

- ✓ Индивидуальное и групповое консультирование. Использование данной формы работы позволяет раскрыть перед учителями важные вопросы психологической подготовки выпускников к экзаменам в формате ГИА (контроль стрессовых состояний для поддержки учеников на уроках, особенности работы с детьми из группы риска, способы создания благоприятной и рабочей атмосферы в классе и т.п.)
- ✓ Составление рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в школьном обучении для учителей, родителей и других лиц.
- ✓ Информационная поддержка (выпуск материалов в печатном, электронном виде ориентированных на педагогов: памятки, буклеты)

Упражнение «Стратегии самопомощи».

“Если у тебя есть яблоко и у меня есть яблоко и мы поменялись — у каждого из нас осталось по яблоку. Если у тебя есть интересная идея и у меня есть идея и мы обменялись - у каждого из нас будет уже по две идеи. Представьте себе ситуацию, когда каждый поделится своим опытом, какими при этом мы станем богатыми”.

Подумайте над вопросом: «Что я могу сделать, чтобы снизить свой уровень стресса, доставить себе радость?»
(Ведущий просит каждого поделится своим опытом с группой.)



Компактные приемы работы с психологическими ресурсами в школе: теория пауз

упр. «1 минута»

упр.«хокку момента»

Хокку – не просто поэтическая форма, а нечто большее – определенный способ мышления, особый способ видения мира. Хокку соединяет мирское и духовное, малое и великое, природное и человеческое, сиюминутное и вечное.



О композиции хокку.

**Первая строка задает тему,
вторая – раскрывает,
третья – дает вывод.**

Хокку (хайку) – японское лирическое стихотворение о природе, о нерасторжимом единстве природы и человека



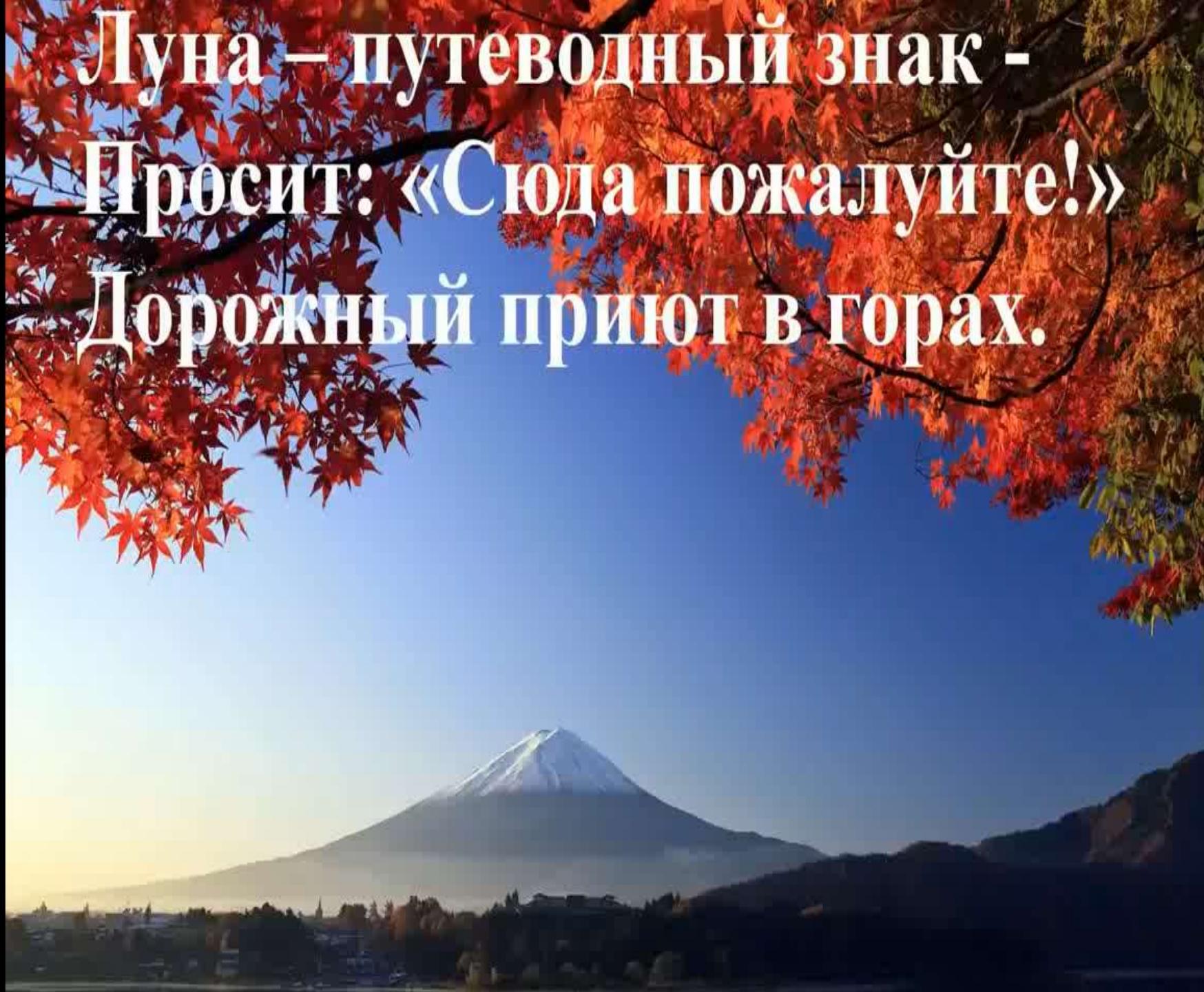
В хокку всегда есть какая-то недоговоренность, мудрость, философская мысль. Отличается краткостью и своеобразной поэтикой.

Состоит из 3 строк, содержит 17 слогов (с внутренним делением на три неравные части по числу слогов 5 – 7 – 5).

Рифмы в хокку нет, но звуковая и ритмическая организация трехстишия – предмет большой заботы японских поэтов.



Луна – путеводный знак -
Просит: «Сюда пожалуйте!»
Дорожный приют в горах.



Работа с обучающимися.

Цель организации психологического сопровождения учеников в рамках психологической подготовки к ГИА:

- ✓ Ознакомление с процедурой.
- ✓ Формирование адекватного реалистичного мнения о ГИА.
- ✓ Формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене.
- ✓ Развитие основных навыков, необходимых для успешной сдачи экзаменов.
- ✓ Формирование здоровой самооценки.

Модель психологической готовности к ГИА



Перечень сайтов, полезных для подготовки к экзаменам

• fipi.ru — портал информационной поддержки мониторинга качества образования, здесь можно найти Федеральный открытый банк заданий, а также демоверсии заданий ЕГЭ по всем предметам

• edu.ru — Центральный образовательный портал, содержит нормативные документы Министерства, стандарты, информацию о проведение эксперимента, сервер информационной поддержки Единого государственного экзамена.

• ege.edu.ru/ — Официальный портал Единого Государственного Экзамена, содержит общую информацию о ЕГЭ, экзаменационные материалы, нормативные документы.

• gia.edu.ru/ — Официальный портал Государственной итоговой аттестации, содержит общую информацию о ГИА, экзаменационные материалы, нормативные документы.

• reshuege.ru — образовательный портал для подготовки к ЕГЭ по 14 предметам! Онлайн тесты и подробное пояснение к задачам и вопросам

• reshuoge.ru — образовательный портал для подготовки к ГИА по 14 предметам! Онлайн тесты и подробное пояснение к задачам и вопросам

• live.mephist.ru/show/tests/ — Это система тестирования, разработанная МИФИ, где любой желающий может пройти тесты ЕГЭ (Единого государственного экзамена) по математике, физике, информатике и другим предметам. А еще здесь есть много разных тестов помимо вариантов ЕГЭ. И все их можно проходить совершенно бесплатно. Кроме того, здесь методом коллективного разума решаются задачи по математике из банка открытых задач (те, что будут в ЕГЭ в части В) После прохождения тестов и решения задач выстраивается рейтинг участников. Попробуй!

• 4ege.ru — ЕГЭ портал, всё последнее к ЕГЭ и ОГЭ. Вся информация о ЕГЭ и ОГЭ

• examen.ru/ — Все о ГИА и ЕГЭ. Онлайн тестирование.

• gotovkege.ru/ — Проект «Подготовка к ЕГЭ». ЕГЭ- тесты онлайн. Предлагается всем желающим пройти на сайте пробное тестирование по русскому языку, математике, истории, обществознанию, физике, географии, оценить уровень своих знаний и готовность к сдаче предстоящего единого государственного экзамена

«Формулы позитивного мышления»

- Две стороны медали
- Театр в табакерке
- Проблема как друг
- Совет другу
- Маленькие кирпичики большой стены
- У камина

Эти формулы можно использовать всякий раз, когда возникает сложная проблема. Даже если не получается найти выход с первого раза, можно сделать несколько попыток. Нужно быть уверенным, что выход есть всегда!

«Приёмы для снижения волнения»

- Дыши свободно!

Методика «Дыхание шариком»: Закройте глаза и представьте перед собой легкий теннисный шарик. Вдох — и шарик медленно и плавно поднимается от центра вашего живота к горлу. Выдох — и шарик так же плавно опускается вниз.

- Позитивная фраза!

Я смогу!

Я сделаю это!

Я самый лучший!

У меня все получится! И т.д.

- Позитивный жест!

Рубануть рукой воздух как шашкой.

Зафиксировать руки в районе груди с крепко сжатыми кулаками (На счастье, мол).

Криком «Ххха!» выбросить руку вперед, затем вторую — и поочередовать так несколько раз.

- Улыбка!

Стоит начать с улыбки)))

Эта техника как минимум принесет вам хорошее настроение, как максимум — блестящий результат вашей деятельности.



Упражнение на расслабление.

Мы немного устали, давайте расслабимся и представим, что наш зал наполняется фиолетовым цветом, нам прохладно и неуютно, но чтобы стать ближе давайте пожмём друг другу руки. Теперь почувствуйте прохладу моря, зал наполняется голубым цветом, давайте прикоснёмся друг к другу плечом, нам станет теплее. А теперь мы на зелёной лужайке, улыбнитесь друг другу. Сколько красивых жёлтых цветов вокруг, солнышко согревает нас, пожелаем удачи друг другу и процветания! И стало совсем тепло от наших улыбок и сотрудничества, красный цвет радости, давайте похлопаем друг другу!

«Ресурс»

- От фр. *ressource* - «вспомогательное средство»
- Средства, позволяющие с помощью определённых преобразований получить желаемый результат.

Педагоги-психологи:
МБОУ
Сургутский естественно-научный лицей

Семченко Ольга Васильевна
Гончаренко Наталья Викторовна
Бондаренко Юлия Петровна

Благодарим за внимание!