

Практическое занятие для педагогов «Психологическое сопровождение участников образовательного процесса в период подготовки к ОГЭ, ЕГЭ»

Цель – создание условий для повышения основных профессиональных компетенций педагогов по вопросам психологического сопровождения предэкзаменационного периода.

Задачи:

- способствовать осознанию основных «мишеней» психологического воздействия на участников образовательного процесса;
- способствовать овладению инструментами формирования и развития условий, необходимых для успешной сдачи экзамена;
- способствовать проработке типичных непродуктивных установок педагогов по вопросам психологического сопровождения предэкзаменационного периода.

Необходимое оборудование: плакат с изображением дерева; стикеры (можно вырезать из цветной бумаги в форме цветов и яблок); экзаменационные билеты, разрезанные на кусочки; три листа ватмана; маркеры; инструкции к упражнению «Сделай как надо»; 2 газетных листа квадратной формы; анкета для психологов и выпускников «Готовность к ЕГЭ» М.Ю. Чибисовой.

Ход практикума:

1. Древо ожиданий.

Участники получают стикеры, на которых отвечают на вопрос: «Что вы ожидаете от данного семинара-практикума». Стикеры с ответами наклеиваются на изображенное на плакате дерево. Ведущий озвучивает ожидания участников.

2. Собери билет.

Участники семинара-практикума получают кусочки от трех экзаменационных билетов и получают задание собрать билеты. В результате участники делятся на три группы, в одну группу входят участники, у которых оказались кусочки от одного билета.

3. Экзамен.

Каждая группа получает по ватману, на которых необходимо ответить на вопросы, написанные на собранных (во время упражнения 2) экзаменационных билетов от

лица заданной категории участников образовательного процесса: дети, родители, педагоги.

Вопросы экзаменационных билетов:

1. Экзамен – это...;
2. Чтобы сдать экзамен успешно необходимо...;
3. Если экзамен провален, то...;
4. Если экзамен сдан успешно...;
5. Если экзамен не сдан, то прежде всего виноват...;
6. Оцените степень влияния результатов экзамена на вашу дальнейшую жизнь по пятибалльной шкале, где 5 – очень сильно; 1 – незначительно;
7. Что необходимо именно вам (ребенку, родителя, педагогу, соответственно группе, в которую попал участник семинара-практикума) в период подготовки к экзамену?

4. Публичная защита.

Группы представляют свои ответы на вопросы экзамена. Проводиться обсуждение, в котором ведущему необходимо отметить:

- при обсуждении первого вопроса, что прежде всего экзамен является средством измерения качества образовательных услуг. В качестве примера можно привести актуальную для участников ситуацию: участники имеют определенные заранее сформированные ожидания от участия в семинаре и оценивать они будут работу ведущего, с точки зрения оправдания их ожиданий. Подобную аналогию можно провести и в школьном обучении: поступив в 1 класс, ребенок имеет определенные ожидания, а результаты экзамена показывают ему насколько его ожидания оправдались. Поэтому важным в процессе сопровождения участников образовательного процесса в предэкзаменационный период довести до сознания детей, что экзаменом проверяют вовсе не ребенка, его умственные способности, а качество образовательных услуг, насколько образовательная система смогла приспособиться к его индивидуальным особенностям, насколько успешно она удовлетворила его образовательные потребности.

- при обсуждении второго вопроса, что наибольшую ответственность несет именно педагог, так как на него возлагается ответственности по предоставлению

качественных образовательных услуг. Определенная доля ответственности есть и у родителей, так как они формируют у ребенка систему ценностей, создают условия развития ребенка, побуждают ребенка к достижениям в определенной области, имеют систему ожиданий, которую ребенок стремится оправдать. Таким образом, получается наименьшую ответственность несет ребенок, который просто развивается в определенных условиях, которые либо отвечают его потребностям, либо не отвечают. Поэтому, чтобы ребенок сдал экзамен успешно необходимо, чтобы прежде всего был грамотно организован образовательный процесс.

- при обсуждении третьего вопроса, что наиболее трагично проваленный экзамен скажется на ребенке. Он будет вынужден пересдавать экзамен, но опаснее психологические последствия: у ребенка может сформироваться негативное самоотношение, чувство вины, которые могут привести к неконструктивным формам поведения.

- при обсуждении четвертого вопроса, что наибольшее влияние успешный результат сдачи экзамена имеет для ребенка, открывая перед ним дальнейшие жизненные перспективы.

- при обсуждении пятого вопроса, что часто вину переносят именно на ребенка: не достаточно готовился, не обладает нужными способностями. Данная точка зрения является ошибочной, о чем уже было указано при обсуждении второго вопроса.

- при обсуждении шестого вопроса, также необходимо отметить, что наибольшее влияние на дальнейшую жизнь результаты экзамена имеют именно для ребенка. Таким образом, ребенок оказывается своеобразным заложником ситуации: являясь самым заинтересованным лицом, тем не менее обладает наименьшим влиянием на образовательный процесс.

- при обсуждении седьмого вопроса, что потребности участников образовательного процесса в предэкзаменационный период являются своеобразным запросом на работу психолога. Исходя из потребностей каждой категории, необходимо строить работу по психологическому сопровождению предэкзаменационного периода.

5. Мини-дискуссия «Психологическое сопровождение предэкзаменационного периода». Необходимо отметить, что работа должна строиться с тремя категориями

сопровождения: педагоги, родители, дети. Для всех трех категорий необходимо сформировать правильное понимание смысла экзамена: проверка качества образовательных услуг.

При работе с учащимися:

- следует помнить, что тревожность чаще всего вызвана плохим знанием процедуры проведения экзамена. Поэтому необходимо определить насколько хорошо ее знают дети. Для этого можно использовать анкету для психологов и выпускников «Готовность к ЕГЭ» М.Ю. Чибисовой. Участникам предлагается ознакомиться с анкетой.

- при сдаче экзамена учащимся необходимо правильно понимать и выполнять задания. Для этого необходимы умения действовать по инструкции. Для формирования и развития данных умений можно использовать задания аналогичные заданию теста ГИТ. Участникам предлагается выполнить тест.

- при сдаче экзамена необходимо умение оперировать знаниями из разных образовательных дисциплин, уметь эти знания анализировать и синтезировать, уметь составлять и выполнять сложный пошаговый алгоритм. Для формирования и развития данного навыка можно использовать систему интергративных заданий. Участникам предлагается выполнить несколько интегративных заданий.

- при сдаче экзамена необходимо умение мобилизовать свои силы, уметь контролировать свои эмоции. Для формирования данных умений можно использовать задания, систему заданий по социальному закаливанию. Умения действовать в стрессовой обстановке. Необходимо и умение релаксации. Для релаксации можно использовать релаксационные видеоролики. Участникам предлагается просмотреть подобный видеоролик.

При работе с педагогами необходимо:

- довести до педагогов меру ответственности за качество образовательных услуг, необходимости постоянного повышения уровня своей квалификации.

- довести до сознания педагогов смысл экзамена и недопустимости перекладывания ответственности на детей, родителей. - правильное отношение к экзамену.

- необходимо также научить педагогов контролировать свое стрессовое состояние, поэтому так же возможно использовать релаксационные видеоролики, заниматься аутотренингом.

При работе с родителями необходимо:

- довести до родителей информацию процедуры тестирования, возможных апелляций, действий, если экзамен не сдан. Необходимо добиться от родителей понимания не критичности ситуации «провала экзамена».

- очень важна работа с родителями по повышению психологической культуры родителей с начала поступления ребенка в школу. Как педагогам, так и родителям необходимо правильно выстраивать отношения с ребенком. Следует понимать, что постоянные упреки и указания ребенку на то, что он делает не так, к положительному результату не приведут.

Участникам предлагается выполнить упражнение «Сделай как надо».

Практическое упражнение «Сделай как надо»

Цель – создать условия для понимания взрослыми важности и значимости выбора правильной стратегии поведения при воспитании ребенка. Задачи: - способствовать практическому усвоению эффективных стратегий поведения при воспитании ребенка; - способствовать развитию умения анализировать свое поведение с позиции ребенка. Необходимые материалы: 2 газеты (один разворот квадратной формы), инструкции (см. Приложение 1). Жанр – упражнение-соревнование

Уровень физической активности – средний Назначение: основное – на практике показать эффективные приемы взаимодействия с ребенком; возможное – вводное упражнение, выводящее на тему занятия. Продолжительность: 15 – 20 минут
Количество участников: 8 – 20 человек. Описание: участники сидят в кругу.

Сначала они делятся на две группы. Для этого по очереди каждому участнику необходимо назвать свое имя и определить с какой буквы она начинается: гласной или согласной. Участники имена, которых начинаются с согласной буквы встают. Участники рассаживаются в две группы. Необходимо образовать два небольших круга, чтобы участники не могли подглядывать за действиями друг друга. Обе группы получают газету и инструкцию. Инструкция одной группы указывает на то, что необходимо сделать, а инструкция другой группы – чего делать не нужно.

Инструкция: «Сейчас мы проведем маленькое соревнование. Каждая команда получит газету и инструкцию, содержащую информацию о ваших действиях. Задача каждой команды, полностью следуя инструкции получить нужный результат. У вас 5 минут». Команды получают следующие инструкции, данные в приложении. По истечении 5 минут команды демонстрируют что, по их мнению, им необходимо было сделать. Выявляются победители. Затем ведущий просит команды озвучить инструкции, которые были им даны. Обсуждение: - какие чувства вы испытывали, выполняя упражнение? - хотелось ли вам сделать все как нужно и победить? - что вам помешало? - как вы думаете, если бы ваша инструкция указывала на то, что вам нужно сделать, вы бы справились с заданием? - попытайтесь вспомнить о чем чаще вы говорите своим детям: о том, что нужно делать или наоборот, о том, чего делать не стоит? - какие выводы для себя вы можете сделать? Примечание: в обсуждении необходимо отметить, что ребенок делает не так как надо не потому что хочет сделать на зло, а потому что просто не знает как надо. Самый короткий путь добиться нужного поведения ребенка – показать как надо.

Инструкция первой группе: вам необходимо сделать колпак сказочника по приведенной ниже инструкции. Разверните газету, расположите так, чтобы перед вами был ромб. Соедините верхний уголок с нижним, чтобы получился треугольник, вершина треугольника должна быть внизу. Соедините правый уголок треугольника с левым. Разверните обратно. У вас получится линия перегиба на середине треугольника. Соедините верхний правый уголок с нижней вершиной треугольника, так, чтобы правая сторона треугольника легла по намеченной линии середины треугольника. Левый уголок также соедините с нижней вершиной, чтобы и левая сторона треугольника легла по линии перегиба. У вас получился ромб. Разверните обратно. Теперь у вас три линии перегиба. Положите правую сторону треугольника к линии перегиба, которая была намечена при перегибе левой стороны треугольника, она лежит слева от центра треугольника. Левую сторону треугольника положите поверх правой. У вас получится фигура, с тремя острыми уголками внизу. Загните нижние правый и левый уголки вверх, чтобы основания получившихся треугольников совпадали с основанием большого треугольника. У

центрального уголка загните вверх только верхний слой. А нижний загните в другую сторону, к внутренней стороне треугольника. Расправьте шляпу изнутри.

Инструкция второй группе: вам необходимо сделать кое-что с газетой. Ниже описано, что вам с газетой делать не нужно. Вам не нужно считать сколько раз в газете повторяется буквы «А», «В», «Д», «Л», «О», «И», «Е», «М». Вам не нужно считать сколько раз в газете повторяется слово «или», «внимание», «спасибо». Вам не нужно читать газету. Вам не нужно отыскивать в газете слова «мама», «дедушка», «луг», «озеро». Вам не нужно считать, сколько страниц в газете. Вам не нужно мять газету. Вам не нужно рвать газету на полоски. Вам не нужно делать из газеты самолетик. Вам не нужно стелить газету на пол. Вам не нужно писать между строк. Вам не нужно рассматривать картинки в газете. Вам не нужно считать, сколько фотографий в газете. Вам не нужно протыкать газету. Вам не нужно вырывать буквы из газеты. Вам не нужно кидать газету. Вам не нужно садиться на газету. Вам не нужно сворачивать газету в трубочку. Вам не нужно вставлять на газету. Вам не нужно передавать газету друг другу. Вам не нужно отдавать газету кому-то. Вам не нужно поджигать газету. Вам не нужно рассматривать газету. Вам не нужно протирать газетой ботинки. Вам не нужно делить газету между собой. Вам не нужно класть газету в карман. Вам не нужно класть газету в сумки. Вам не нужно расстилать газету на стул. Вам не нужно заворачивать в газету книгу. Вам не нужно делать что-либо из того, что описано в этой инструкции.

Упражнение «Благодарность».

Инструкция: «Начните, пожалуйста, ходить по комнате. Я предлагаю вам пожать каждому из группы руку и при этом сказать: «Спасибо, с тобой было так хорошо работать!». Говорите только эти простые слова и больше ничего. Но в этой игре есть одно важное правило: пожимая кому-либо из участников группы руку, вы можете освободить свою руку только после того, как другой рукой вы начнете пожимать руку еще кому-то. Иными словами, вы должны непрерывно быть в контакте с кем-либо из группы».

Релаксация.

6. Подведение итогов. Участники пишут на стикерах в форме яблок: что они получили на совещании. Яблоки наклеиваются на древо ожиданий рядом с цветами. Происходит обсуждение ожиданий и результатов.

Экзаменационный билет

1. Экзамен – это...;
2. Чтобы сдать экзамен успешно необходимо...;
3. Если экзамен провален, то...;
4. Если экзамен сдан успешно...;
5. Если экзамен не сдан, то прежде всего виноват...;
6. Оцените степень влияния результатов экзамена на вашу дальнейшую жизнь по пятибалльной шкале, где 5 – очень сильно; 1 – незначительно;
7. Что необходимо именно вам (ребенку, родителя, педагогу, соответственно группе, в которую попал участник семинара-практикума) в период подготовки к экзамену?

Анкета «Готовность к ЕГЭ»

Анкета имеет ориентировочный характер и позволяет оценить готовность к ЕГЭ глазами самих выпускников. Она затрагивает такие составляющие, как способность к самоорганизации (познавательный компонент), уровень тревоги (личностный компонент) и знакомство с процедурой экзамена (процессуальный компонент). Анкета может быть использована для скрининговой диагностики в выпускных классах, а также для оценки результативности деятельности психолога (в этом случае анкетирование проводится до и после занятий). По нашему опыту работы с анкетой, во втором случае рост показателей не всегда свидетельствует об эффективности работы. Напротив, зачастую в результате занятий дети осознают дефицит знаний по той или иной проблеме, что находит отражение в снижении показателей.

Фамилия, имя _____

Друзья!

Приближается время сдачи Единого государственного экзамена. Для нас очень важно знать, что вы думаете по этому поводу. Результаты анкеты будут использоваться только психологом.

Просим вас оценить свое согласие или несогласие с приведенными ниже утверждениями по 10-балльной шкале от 1 — «полностью не согласен» до 10 — «абсолютно согласен».

Пожалуйста, обведите цифру, отражающую ваше мнение.

- | | | | |
|---|-----------------------|------------------|--------------------|
| 1. Я хорошо представляю, как проходит ЕГЭ | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 2. Полагаю, что смогу правильно распределить время и силы во время ЕГЭ | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 3. Я знаю, как выбрать наилучший для меня способ выполнения заданий | Полностью не согласен | 1 23456789 10 | Абсолютно согласен |
| 4. Считаю, что результаты ЕГЭ важны для моего будущего | Полностью не согласен | 1 2345 67 89 10 | Абсолютно согласен |
| 5. Я волнуюсь, когда думаю о предстоящем экзамене | Полностью не согласен | 1 23 45 67 89 10 | Абсолютно согласен |
| 6. Я знаю, какие задания необходимо выполнить, чтобы получить желаемую оценку | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 7. Думаю, что у ЕГЭ есть свои преимущества | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 8. Считаю, что могу сдать ЕГЭ на высокую оценку | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 9. Я знаю, как можно успокоиться в трудной ситуации | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 10. Я понимаю, какие мои качества могут мне помочь при сдаче ЕГЭ | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |
| 11. Думаю, что смогу справиться | Полностью не согласен | 123456789 10 | Абсолютно согласен |

тревогой на экзамене	согласен		согласен
12. Я достаточно много знаю про ЕГЭ	Полностью не согласен	1234 5 6789 10	Абсолютно согласен
13. Чувствую, что сдать этот экзамен мне по силам	Полностью не согласен	1 23456789 10	Абсолютно согласен

Спасибо!

Анализ данных

Низкими показателями считаются 4 и меньше, высокими — 8 и больше.

Знакомство с процедурой: низкие показатели по вопросам 1,4, 6, 7, 12 указывают на низкий уровень знакомства с процедурой.

Уровень тревоги: высокий показатель по вопросу 5, низкие показатели по вопросам 8, 11, 13 указывают на высокий уровень тревоги.

Владение навыками самоконтроля, самоорганизации: низкие показатели по вопросам 2,3,9 указывают на недостаточное владение навыками самоконтроля.

Литература:

1. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Регуляция психики – СПб: Изд. «Детство-пресс», 2003;
 2. Меттус Е.В., Литвина А.В. Личностное портфолио. Воспитай в себе человека – Волгоград: Изд. «Учитель», 2011;
 3. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера – М.: Изд. «Просвещение», 1987
2. Литература для специалистов
3. Алексеев А.В. Психомышечная тренировка // Руководство по психотерапии /Под ред. Рожнова В.Е. – Медицина, 1985, - с. 119 – 125;
 4. Денниксон П., Денниксон Г. Гимнастика мозга – Изд. «Восхождение», 1998;
 5. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. — СПб.: Речь, 2004;
 6. Степанов Е.Н., Лузина Л.М. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания – М.: ТЦ Сфера, 2003;
 7. Психология подростка от 11 до 18 лет. Методики и тесты / Под ред. Реан А.А. – М.: АСТ; СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; Владимир: ВКТ, 2008
 8. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями – М.: Генезис, 2009