

**Умей спокойно относиться к тому,
чего не в силах изменить!**



Сенека

Мы рады видеть Вас!

Роль классного руководителя в психолого-педагогическом сопровождении ГИА

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

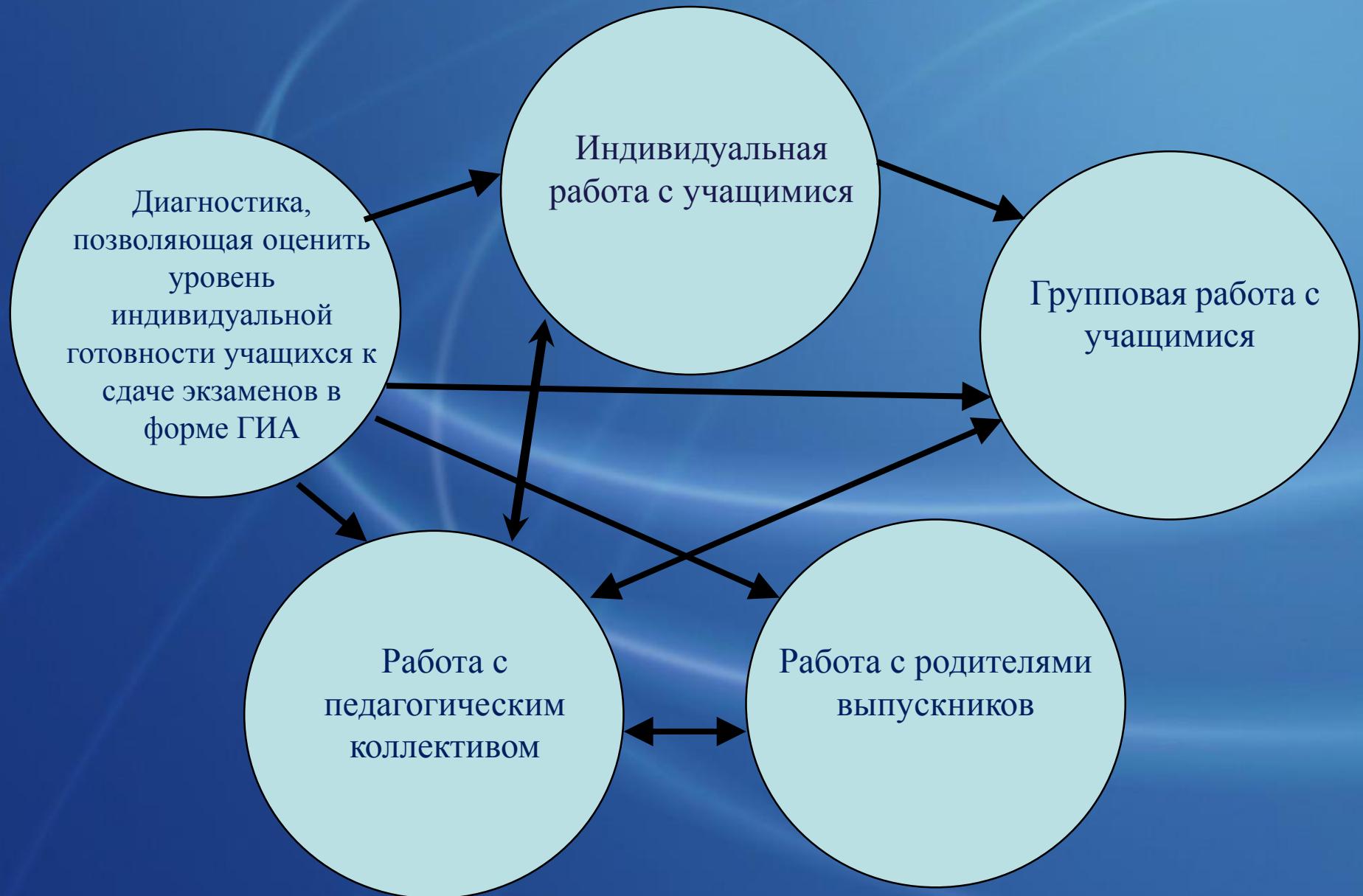


Классный руководитель играет ключевую роль в сопровождении выпускного класса, обеспечивая не только организационную поддержку, но и эмоциональную. Основные направления работы:

- Организация мероприятий
- Организация учебного процесса
- Психологическая поддержка
- Взаимодействие с родителями
- Консультирование по выбору будущей профессии
- Формирование классного духа



МОДЕЛЬ КОМПЛЕКСНОГО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДХОДА К ПОДГОТОВКЕ К ГИА



Работа с родителями

Задачи:

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

Основные направления работы 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. Проведение тематических родительских собраний.

Психологическая готовность девятиклассников к обучению в выпускном классе



Предварительный выбор 9-классниками профиля обучения

- ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ – 26
- СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ – 15
- ХИМИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ – 15
- КОЛЛЕДЖ, ТЕХНИКУМ – 10
- НЕ ОПРЕДЕЛИЛСЯ - 31

Девятиклассник- основные задачи:

- Выбрать профиль обучения
- Успешно сдать ГИА
- Оформить портфолио



Полезные интернет-ресурсы по профориентации

<https://proorientator.ru/tests/>
<https://www.ucheba.ru/prof>
<http://atlas100.ru>
<https://postupi.online/test/>
<https://proktorija.online/>
<http://atlas100.ru/>
<https://navigatum.ru/>
<https://mnoeobrazovanie.ru/>
<https://smartia.me/skills/>
<https://profilum.ru/>
<https://proktorija.online/>
<https://proorientator.ru/>
<https://proekt-pro.ru/>



Формула выбора профессии

понимаются интересы и склонности человека, которые имеют профессиональную направленность

Интерес – это стремление человека к познанию, желание ознакомиться с каким-либо предметом, явлением, изучать его, читать о нем.

Склонности – стремление заниматься определенной деятельностью.

ХОЧУ

МОГУ

НАДО

Понимаются способности, лежащие в основе успешности овладения профессией

Способности – это индивидуально-психологические особенности, которые обеспечивают успешность выполнения какой-либо деятельности, легкость усвоения и овладения данной деятельностью, творческие возможности человека.

Знание о том, какие специальности пользуются спросом на рынке труда и какова вероятность найти работу по выбранной профессии.

ВЫБОР ПРОФИЛЯ, ПРОФЕССИИ

достоинства

- _____
- _____
- _____

недостатки

- _____
- _____
- _____

возможности

- _____
- _____
- _____

препятствия

- _____
- _____
- _____

«Портфолио» индивидуальные достижения учащихся

это способ фиксирования, накопления и оценки индивидуальных достижений школьника в определенный период его обучения

Экзамены – это серьёзно!

Если хочешь увидеть радугу,
ты должен пережить дождь.

Сдача экзаменов – это ответственный период в жизни любого молодого человека, так как именно от его результатов во многом зависит будущее



На результаты ОГЭ влияют

- Уровень предметной подготовки
- Уровень тестовой подготовки
- Психологическая готовность демонстрировать сформированные знания и умения в непривычной обстановке

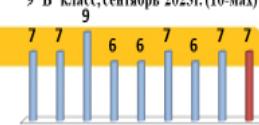


Степень готовности девятиклассников к ГИА

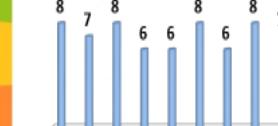
9 "А" класс, сентябрь 2023 г. (10-макс)



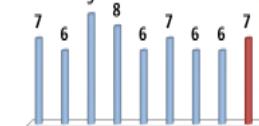
9 "В" класс, сентябрь 2023 г. (10-макс)



9 "В" класс, сентябрь 2023 г. (10-макс)



9 "Г" класс, сентябрь 2023 г. (10-макс)



Уважаемые родители!

- ✓ Неверно думать, что если у вас нет специального образования, вы не сможете помочь своему ребенку подготовиться к экзаменам.
- ✓ Ваша поддержка важна ему для формирования как психологической готовности к экзамену, так и позитивного отношения к государственной итоговой аттестации

Когда начинать готовиться к экзаменам?



- За год оптимально
 - За полгода интенсивно
 - За пару месяцев напряженно
-
- Гиперопека может только навредить, позвольте ребенку проявить самостоятельность

An illustration of a man in a blue shirt and tie carrying a briefcase, and a woman in a red top and black skirt walking together in a hallway with colorful doors. To the right is a white box labeled "РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ". To the far right is a vertical color bar.

1 Создайте комфортное внутрисемейное взаимодействие.

2 Поддерживайте своего ребенка, демонстрируйте, что понимаете его переживания.

3 Будьте справедливы, где нужно проявляйте твердость, но не выступайте в роли судьи.

4 Повышайте уверенность ребенка в своих силах: чем больше боязнь неудачи, тем больше вероятность ошибок.

5 Контролируйте режим подготовки ребенка к занятиям, не допускайте перегрузок.

An illustration of the same man and woman from the previous slide walking together in a hallway. To the right is a white box labeled "РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ". To the far right is a vertical color bar.

6 Наблюдайте за самочувствием ребенка. Необходимо вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния, связанного с переутомлением.

7 Помогите ребенку определиться с будущей профессией, не навязывайте свое мнение.

8 Вместе с ребенком реально оцените возможности и профессиональные перспективы.

9 Найдите вместе подходящие варианты и определите школьные предметы, которым стоит уделить особое внимание.

Перечень сайтов, полезных для подготовки к экзаменам

[•fipi.ru](http://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](http://edu.ru) — Центральный образовательный портал, содержит нормативные документы Министерства, стандарты, информацию о проведение эксперимента, сервер информационной поддержки Единого государственного экзамена.

[•ege.edu.ru/](http://ege.edu.ru/) — Официальный портал Единого Государственного Экзамена, содержит общую информацию о ЕГЭ, экзаменационные материалы, нормативные документы.

[•gia.edu.ru/](http://gia.edu.ru/) — Официальный портал Государственной итоговой аттестации, содержит общую информацию о ГИА, экзаменационные материалы, нормативные документы.

[•reshuege.ru](http://reshuege.ru) — образовательный портал для подготовки к ЕГЭ по 14 предметам! Онлайн тесты и подробное пояснение к задачам и вопросам

[•reshuoge.ru](http://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/](http://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](http://4ege.ru) — ЕГЭ портал, всё последнее к ЕГЭ и ОГЭ. Вся информация о ЕГЭ и ОГЭ

[•examen.ru/](http://examen.ru/) — Все о ГИА и ЕГЭ. Онлайн тестирование.

[•gotovkege.ru/](http://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

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

Основу взаимодействия классного руководителя и учителей класса составляют:

- взаимная информированность об организации и результатах учебно-воспитательного процесса
- взаимопомощь в решении сложных проблем
- заинтересованность в успешности каждого ученика
- согласованность в поиске путей преодоления возникающих сложностей
- совместный анализ результатов деятельности
- совместное определение перспектив в работе с классом, с отдельными учащимися их родителями



“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, как классный руководитель чтобы организовать эффективное сопровождение участников образовательного процесса в период подготовки к ГИА?» (Ведущий просит каждого поделится своим опытом с группой.)



Работа с обучающимися

Задачи организации 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 психолого-педагогической готовности к ГИА



Профилактические и просветительские мероприятия:

- классные часы, беседы, викторины
- практикумы
- групповые и индивидуальные тематические консультации
- конкурсы
- игры по станциям, квесты

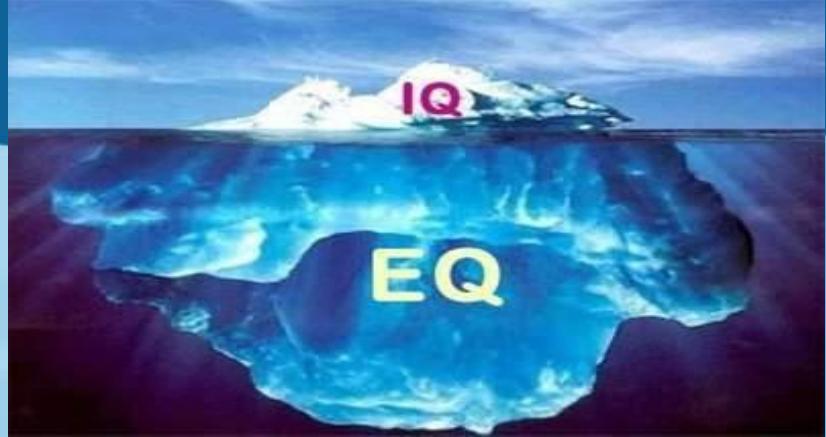
Классный час: «Всё в твоих руках!»

...Наиболее счастливые люди — это не те, которые имеют всё лучшее, но те, которые извлекают всё лучшее из того, что имеют.

(отрывок из притчи)

**У вас большая власть, если вы
владеете собой.**

Сенека



Стресс - это состояние психического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях

Нужен ли стресс человеку?

Небольшие стрессовые ситуации необходимы человеку, т.к. они играют важную роль в дальнейших благоприятных изменениях в жизни самого человека.

Это связано с выбросом во время стрессовой ситуации в кровь адреналина, а также другими биохимическими реакциями, которые мобилизуют силы человека для решения проблемы.

Такой стресс – положительный, или **эустресс**.

Способы борьбы со стрессом

1. **Дыхание** - вдыхаем через нос, выдыхаем через рот в 2 раза медленнее
2. **Вода внутрь - вода снаружи** - необходимо увеличить потребление чистой воды или натуральных несладких фруктовых соков. Водные процедуры – душ, прием ванны, - помогают расслабиться, успокоиться.
3. **Прогулки на природе**
4. **Счетные техники** – очень полезно просто считать в уме. Почувствовали тревогу или прилив негатива- начинайте считать.



«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 «Хха!» выбросить руку вперед, затем вторую — и почередовать так несколько раз.

- Улыбка!

Стоит начать с улыбки)))

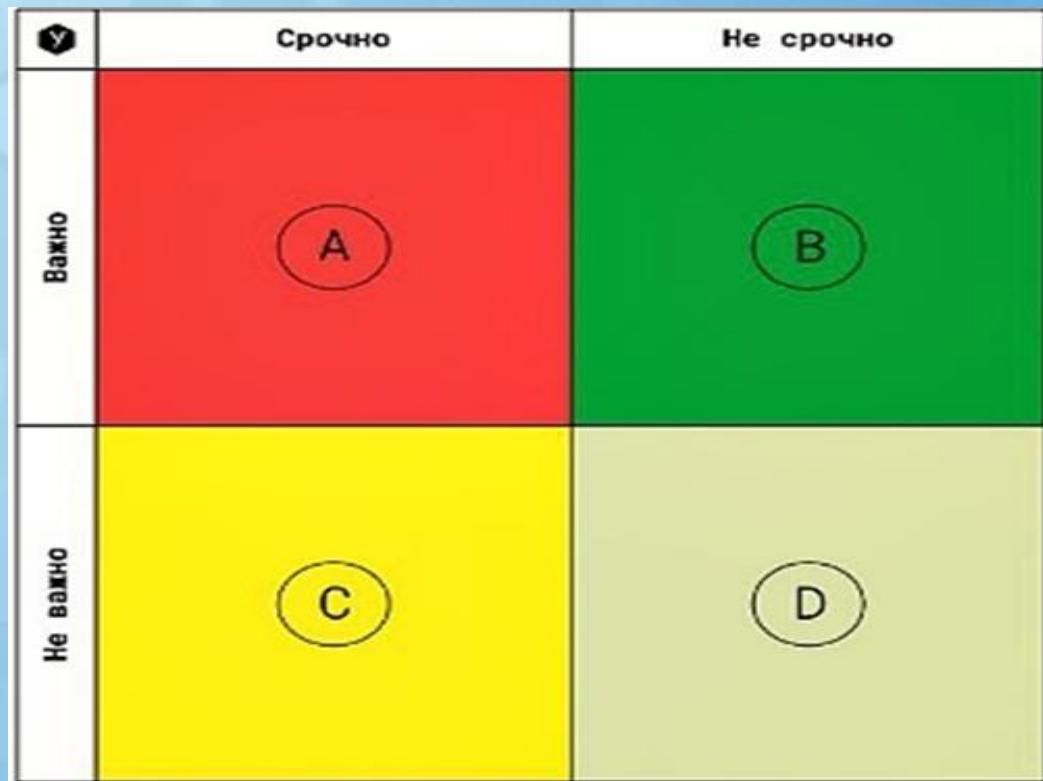
Эта техника как минимум принесет вам хорошее настроение, как максимум — блестящий результат вашей деятельности.

Распределение дел по принципу важности и срочности.

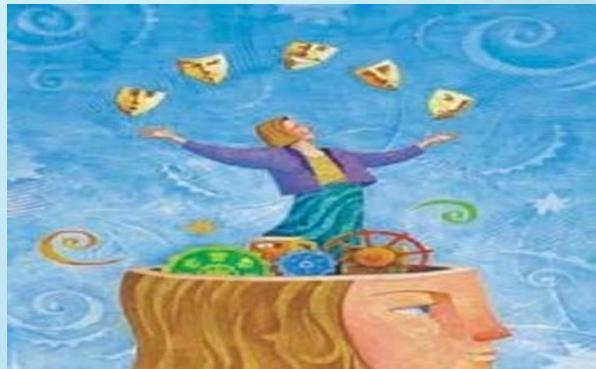
Следует внести
повседневные
заботы в одну из
четырёх частей
матрицы:



Матрица Эйзенхауэра



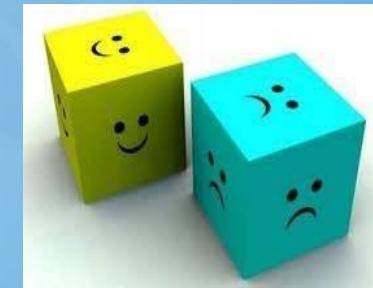
Самоконтроль



- Умение контролировать свои эмоции
- Сознательность
- Адаптивность



Самоконтроль не
равно Подавление,
а равно Выбор



Испытывать различные чувства: обиду, гнев, тревогу, злость, радость, волнение, страх, восторг, удивление ЭТО НОРМАЛЬНО!

Важно рассказывать о своих чувствах людям, которым вы доверяете: родителям или другим родственникам, друзьям, психологам...



never forget how to dream

Всё в твоих руках!



**«Скажи мне – и я забуду,
покажи мне – и я запомню,
дай мне сделать – и я пойму»,
- Конфуций.**



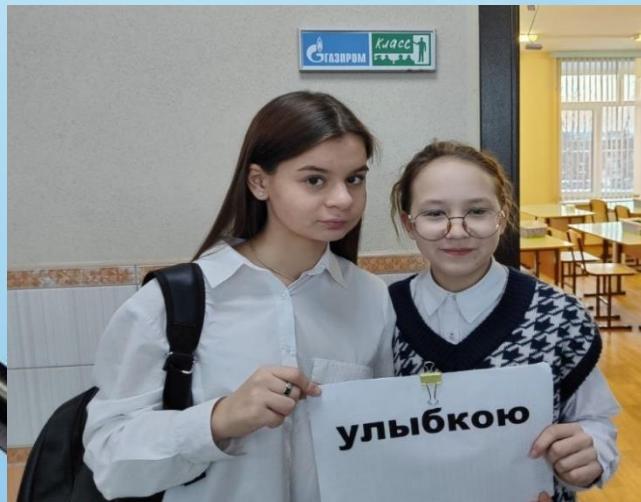
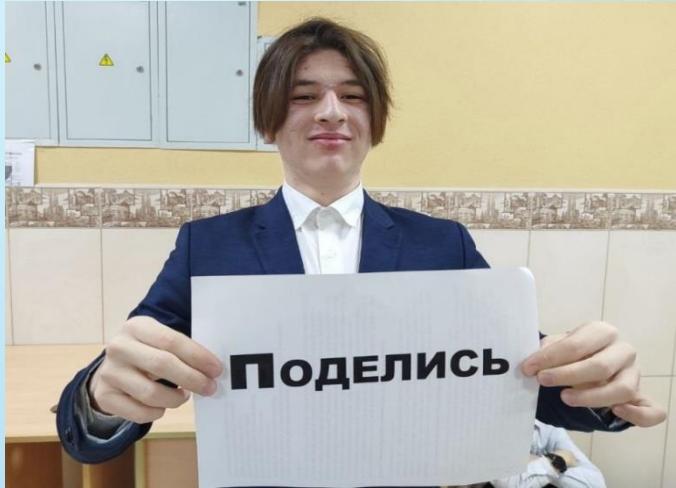
never forget how to dream

Информационные тематические линейки



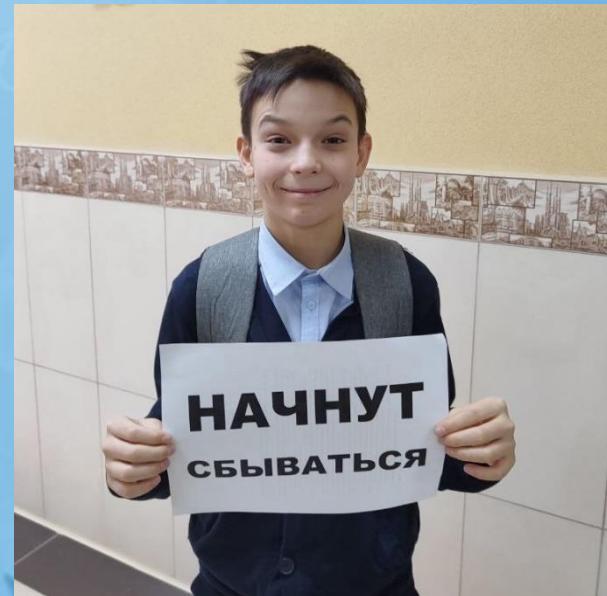
never forget how to dream

Тематические акции



Акции:

- «Поделись улыбкою своей!»
- «Доброе утро!»
- «Я желаю тебе...»
- «Хорошее настроение»
- «Что такое Аффирмации?»



never forget how to dream

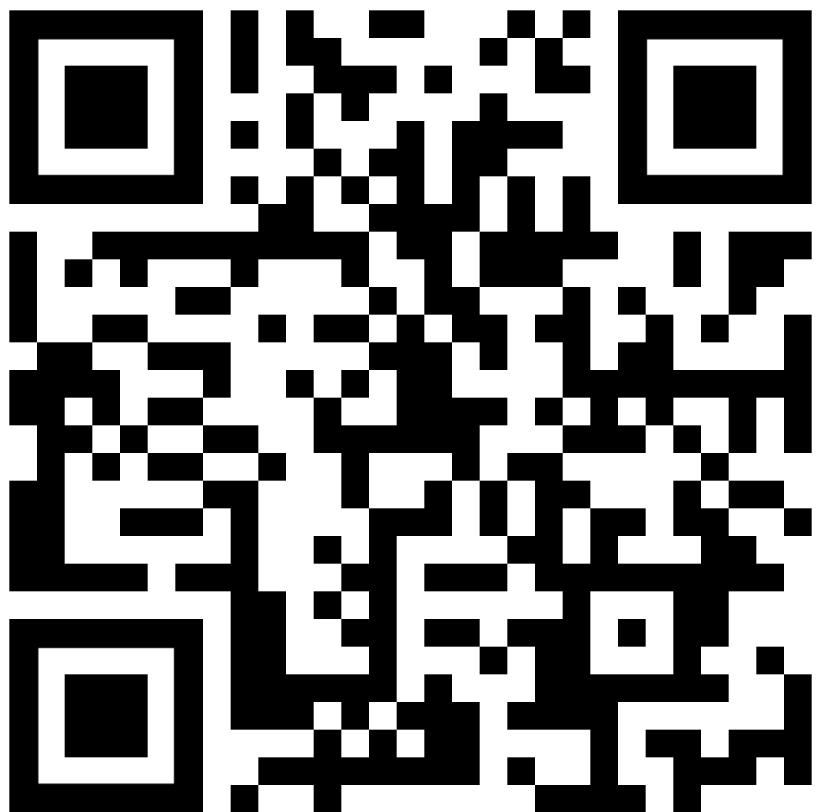
Привлечение студентов (выпускников)



never forget how to dream



Кейс с рекомендациями



«Ресурс»

От фр. *ressource* - «вспомогательное средство»

Средства, позволяющие с помощью определённых преобразований получить желаемый результат.

