

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Волгоградский индустриальный техникум»

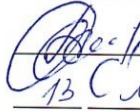
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**для педагогических работников по вопросам психолого-педагогического
сопровождения обучающихся, родителей, педагогов при подготовке к
государственной итоговой аттестации и демонстрационному экзамену**

Волгоград, 2024


СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР


И.В. Двинянина
13 мая 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР


И.В. Бондаренко
14 мая 2024 г.

ОДОБРЕНО на заседании методического совета
протокол заседания ПЦК № 08 от «07» мая 2024г.

Начальник отдела учебно-методической работы

Шурыгина И.Ю.«07» мая 2024г.

Методические рекомендации разработаны на основании статьи Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», в соответствии Подпунктом 3.3.13 пункта 3.3. раздела III; подпунктом 5.4. раздела V

Методические рекомендации предназначены для психолого-педагогического сопровождения обучающихся выпускных групп техникума, родителей и педагогических работников при подготовке к государственной итоговой аттестации и к демонстрационному экзамену.

Организация-разработчик:

государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Волгоградский индустриальный техникум»

Разработчик: Малыш Н.Б., педагог-психолог

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.....	4
II. Взаимодействие педагога-психолога, социального педагога и руководителей с преподавателями и мастерами производственного обучения в процессе подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену	6
III. Взаимодействие педагога-психолога с обучающимися техникума	8
в процессе подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену	8
IV. Взаимодействие педагогических работников с родителями обучающихся при подготовке к ГИА и демонстрационному экзамену	10
Приложение 1	12
Приложение 2	15

I. Пояснительная записка

Государственная итоговая аттестация (далее—ГИА) и демонстрационный экзамен являются своеобразной проверкой знаний, умений, практических навыков, социальной и психологической готовности обучающихся к постоянно меняющимся условиям современной реальности. В этой связи психолого-педагогическая устойчивость обучающихся является одной из основных характеристик, способствующих успешному прохождению этого этапа жизни.

Подготовка к ГИА и демонстрационному экзамену включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности всех участников образовательного процесса - обучающихся, педагогических работников, родителей.

Проблемы психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматриваются через трактовку понятия «*готовность*».

Педагогическая готовность включает в себя знания, умения и практические навыки по профессии и специальности.

Психологическая готовность - эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена.

Личностная готовность - это опыт, особенности личности, необходимые для прохождения процедуры экзамена.

Целью психолого-педагогического сопровождения является создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития каждой личности.

Задачи психолого-педагогического сопровождения:

1. Осуществлять ресурсно-ориентированный поиск сильных сторон обучающихся техникума и путей их использования на этапе подготовки к государственной итоговой аттестации, демонстрационному экзамену и на самом экзамене.

2. Применять технологически-ориентированные методы и приемы с целью формирования соответствующих психотехнических навыков саморегуляции и самоконтроля, последовательности действий, обеспечивающих успешность выпускника.

3. Использовать системный подход в выявлении и проработке возникающих у обучающихся трудностей на разных этапах обучения, осуществляя основную часть работы по психологической готовности

обучающихся не на кануне экзаменов, а значительно раньше, отрабатывая отдельные детали, например, при сдаче зачетов.

При подготовке их к ГИА выделяют три группы трудностей: когнитивные, процессуальные и личностные.

1. Когнитивные (познавательные) трудности связаны с особенностями переработки информации, со спецификой работы с заданиями. Здесь необходимо выделить две подгруппы трудностей:

- трудности, связанные с несформированностью предметных результатов освоения ООП.

- трудности, связанные с несформированностью универсальных учебных действий как совокупности способов действия обучающегося, обеспечивающих самостоятельное усвоение новых знаний, формирование умений, включая организацию этого процесса и способности их использования как основному метапредметному результату освоения ООП. Несформированность универсальных учебных действий может приводить к неуспешности обучающегося на экзамене даже при наличии достаточного уровня предметных результатов.

В число метапредметных результатов включаются регулятивные, познавательные и коммуникативные умения.

-Регулятивные умения показывают способность обучающегося оптимальным образом организовать свою работу на экзамене, проверить правильность выполнения.

- Познавательные умения позволяют выпускнику адекватно подбирать информацию для выполнения экзаменационных заданий, дают обучающемуся возможность выделить из материала экзамена собственно учебную задачу и подобрать способы ее решения.

- Коммуникативные умения позволяют выпускнику правильно выстраивать свое поведение на экзамене.

2. Личностные трудности обусловлены особенностями восприятия обучающимися ситуации экзамена, его субъективными реакциями и состояниями. К личностным трудностям относится высокий уровень тревожности.

Тревожность — отрицательно окрашенная эмоция, выражающая ощущение неопределённости, трудноопределимые предчувствия, ожидание плохих событий. В отличие от страха, она обычно беспредметна, иррациональна и не имеет конкретного стимула.

Чрезмерно высокий уровень тревожности снижает продуктивность деятельности, приводя к дезорганизации, снижению концентрации внимания

и работоспособности. Чем больше обучающийся тревожится, тем меньше сил у него остается на учебную деятельность, а вот оптимальный уровень тревоги стимулирует мотивацию ученика, способствует восприятию ситуации экзамена значимой.

Стрессом для выпускника техникума является сама *ситуация экзамена*. На экзамене обучающийся должен за ограниченное количество времени продемонстрировать свои знания, умения и практические навыки по определенному вопросу или справиться с предложенными заданиями, причем результаты этой деятельности будут оцениваться. Стресс на экзамене связан с тем, что эта процедура напрямую связана с самооценкой личности: насколько я действительно умен, насколько могу справиться с предложенными мне заданиями. Дефицит времени значительно повышает тревогу, появляется страх «не успеть».

3. Процессуальные трудности связаны с процедурой сдачи государственной итоговой аттестации и демонстрационного экзамена. Хотя на протяжении всех лет обучения в техникуме студенты не раз сталкивались с контрольными мероприятиями. Ход этих экзаменов имеет ряд специфических особенностей. Экзаменационные испытания предъявляет высокие требования к умению обучающегося планировать свое время, при чем продолжительность экзамена отличается от привычного для него урочного формата.

II. Взаимодействие педагога-психолога, социального педагога и руководителей с преподавателями и мастерами производственного обучения в процессе подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену

Для педагогических работников экзамены сопряжены как с методическими, так и с личностными трудностями. Следовательно, преподаватель, занимающийся подготовкой выпускников к ГИА и демонстрационному экзамену, нуждается в методической и личностной поддержке. Педагог-психолог, социальный педагог здесь будут выступать как коллеги, помогающие разрешить некоторые методические задачи.

Выделяют два направления работы с педагогическими работниками:

1. Работа с личностными трудностями:
 - обсуждение и коррекция нереалистических установок, результатом чего станет формирование конструктивного восприятия ГИА и демонстрационного экзамена;
 - поиск личностных и профессиональных ресурсов;
2. Работа с методическими трудностями:

- ознакомление педагогических работников психолого-педагогической спецификой ГИА и демонстрационного экзамена в целом и возможными трудностями отдельных групп выпускников;
- взаимодействие в разработке индивидуальной стратегии подготовки (преподаватель в этом случае выступает как эксперт);
- взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психолого-педагогической готовности к ГИА и демонстративному экзамену.

Оба направления предполагают различную позицию педагога - психолога, социального педагога и, соответственно, различные рабочие формы и их содержание.

Возможно несколько вариантов взаимодействия с педагогами по поводу стратегий подготовки к государственной итоговой аттестации и демонстрационному экзамену:

- предметом обсуждения становятся все обучающиеся выпускных групп;
- в фокусе внимания оказываются группы обучающихся, выделенные на основании тех или иных трудностей (отличники, с высоким уровнем тревожности, неуверенные обучающиеся (с неустойчивой или низкой самооценкой));
- обсуждаются трудности отдельных выпускников.

Проблема подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену рассматривается как общая образовательная задача, поэтому рекомендуется подключать к этому процессу весь педагогический состав.

В организации психолого-педагогической работы по подготовке к ГИА и демонстрационному экзамену проведение педагогических советов и заседаний методических объединений приобретает особое значение.

Педагогический совет становится организационной формой, реализующей на практике декларируемое взаимодействие участников образовательного процесса.

Педагогические советы по проблеме подготовки к экзаменам могут иметь следующие цели:

1. Осознание педагогическим коллективом собственной ответственности в процессе подготовки к экзаменам, формирование представления о распределении ответственности за подготовку к экзамену между различными участниками образовательного процесса.
2. Выстраивание преподавателями и мастерами производственного обучения методических «мостов» между содержанием экзаменов и способами освоения материала на учебных занятиях. Целесообразно

организовать обмен педагогическим опытом: у каждого преподавателя есть свои приемы формирования значимых учебных компетенций, и коллеги могут расширить свой методический инструментарий.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагога в проблематике ГНА.

4. Профилактика эмоционального выгорания педагога. Очень важно не только контролировать работу педагогов, оказывать методическую поддержку, но и поддерживать, сохранять их эмоциональное благополучие.

Основу взаимодействия педагогических работников составляют:

- взаимная информированность об организации и результатах образовательного процесса;

- взаимопомощь в решении сложных проблем;

- заинтересованность в успешности каждого обучающегося;

- согласованность в поиске путей преодоления возникающих сложностей;

- совместный анализ результатов деятельности;

- совместное определение перспектив в работе с выпускной учебной группой, с отдельными обучающимися, их родителями;

III. Взаимодействие педагога-психолога с обучающимися техникума в процессе подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену

Направления психолого-педагогического сопровождения в процессе подготовки к ГИА и демонстрационного экзамена представлены ниже.

1. Диагностическая работа:

1.1. Подбор методик для диагностики психолого-педагогической готовности обучающихся к ГИА.

1.2. Проведение диагностики.

1.3. Анализ полученных результатов.

1.4. Создание банка методик, приемов и техник по подготовке к сдаче экзамена.

2. Коррекционная и развивающая работа с обучающимися:

2.1. Формирование групп обучающихся с низким уровнем психолого-педагогической готовности к ГИА и демонстрационному экзамену. Планирование занятий с ними.

2.2. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для обучающихся выпускных групп по обучению методам и приемам эмоционально-волевой регуляции.

3. Консультирование обучающихся по вопросам психолого-педагогической

готовности к экзаменационным испытаниям:

3.1. Индивидуальные консультации для выпускников.

Работа по запросу родителей, кураторов и преподавателей.

4. Профилактическая работа:

4.1. Проведение психологических игр, деловых игр, «круглых столов», дискуссий по подготовке к прохождению и сдаче ГИА и демонстрационного экзамена.

5. Просветительская и организационно-методическая работа:

5.1. Разработка цикла тренинговых занятий для обучающихся с проблемами психологической готовности к ГИА и демонстрационному экзамену.

6. Просветительская и организационно-методическая работа:

6.1. Составление программы занятий по релаксации.

6.2. Разработка рекомендаций, памяток для обучающихся (родителей) к экзаменационным испытаниям (приложение1). Памятки, рекомендации должны быть знакомы всем специалистам, работающим с выпускниками по подготовке к сдаче ГИА и демонстрационного экзамена. Рекомендации по вопросам подготовки к экзаменам могут быть:

- в устной форме на классных часах (родительских собраниях);
- в письменной форме в виде памяток (памятка - краткий перечень основных рекомендаций, направленных на помощь выпускникам или окружающим его людям). В письменной форме на стенде или в информационно-телекоммуникационную сеть, «Интернет» на сайте образовательной организации.

- Психолого-педагогическая подготовка ГИА и демонстрационному экзамену предполагает следующие формы работы с выпускниками:

- групповые занятия;
- игры - драматизации (овладение процедурой сдачи ГИА и демонстрационного экзамена на стимульном материале);
- индивидуальные и групповые консультации.

Групповые занятия с выпускниками включают:

1. ознакомление с процедурой и спецификой ГИА и демонстрационного экзамена в аспекте социально-психологической подготовленности обучающихся техникума;

2. освоение простейших релаксационных техник (аутотренинг и т.д.) для снятия эмоционального напряжения вовремя экзамена (приложение2);

Действия, направленные на подготовку обучающихся техникума к экзаменационным испытаниям должны быть согласованными и едиными.

IV. Взаимодействие педагогических работников с родителями обучающихся при подготовке к ГИА и демонстрационному экзамену

Задачи работы с родителями выпускников по подготовке к государственной итоговой аттестации и демонстрационному экзамену:

1. Распределение ответственности между родителями и образовательной организацией.

Наиболее продуктивной позицией, обеспечивающей эмоционально комфортные для обучающегося условия, является представление о распределении ответственности между родителями и образовательной организацией и как результат этого — сотрудничество. То есть мы вместе помогаем выпускникам подготовиться к экзамену.

Очень важно для родителей понять, что они могут сделать для своих детей, а что от них не зависит.

2. Формирование у родителей реалистической картины экзамена и коррекция нереалистических ожиданий.

Расширение осведомленности родителей о сущности и процедуре государственной итоговой аттестации и демонстрационного экзамена, знакомство с конкретными заданиями, преодоление «мифологии» позволит снизить их тревогу, что, в свою очередь, поможет родителям поддерживать сына или дочь в этот непростой период.

3. Психолого-педагогическая поддержка родителей.

Основными формами работы педагогических работников являются:

- Проведение *тематических родительских собраний*, которые позволяют родителям получить информацию о содержании и структуре подготовки к экзаменам и осознать личную долю ответственности в этом процессе. Собрания позволяют решить ряд важных задач. Во время их проведения родителям стоит предоставить необходимую информацию по следующим темам:

- возрастные особенности выпускника;
- оптимальные условия подготовки к экзаменам;
- способы работы с учебным материалом;
- организация режима дня выпускника;

- повышение уровня правовой грамотности родителей;
- поддержка и защита законных прав и интересов выпускников;
- Провести анкетирование среди родителей с целью выявления:
 - родительской оценки способностей своих детей;
 - родительских установок относительно экзаменов и его результатов;
 - выявление личностных проблем обучающихся, семьи и т.д.;
 - содействия включению родителей в образовательный процесс;
- Обсудить результаты проведенного анкетирования.

Нужно привлекать к проведению собраний по вопросам государственной итоговой аттестации и демонстрационному экзамену различных специалистов, занятых подготовкой выпускников: заместителей директоров по учебной и учебно-воспитательной работе, преподавателей-предметников, методистов т.д. Такие собрания позволят объединить усилия различных специалистов, сопровождающих образовательный процесс.

Оптимально включать в такие собрания два компонента:

информационный — предоставление данных о содержании процедуры предстоящих экзаменов и организации подготовки к ним (расписание консультаций и т.д.) и интерактивный, обеспечивающий родителям возможность обсудить собственный вклад в процесс подготовки ребенка к экзаменам.

Не стоит откладывать проведение родительских собраний на конец учебного года. Очень важно, чтобы у родителей было достаточно времени воспользоваться рекомендациям педагога-психолога, куратора учебной группы, преподавателей-предметников, мастера производственного обучения и организовать помощь выпускнику, эффективно построить процесс подготовки к ГИА и демонстрационному экзамену.

- Другая возможная форма работы — организация консультационного

пункта. В течение определенного времени (по договоренности) преподаватели-предметники, педагог-психолог, социальный педагог, кураторы учебных групп будут находиться в своих кабинетах, и консультировать родителей, которые к ним обратятся.

Психолого-педагогическое сопровождение сегодня - это, прежде всего, работа по поддержке и оказанию помощи обучающимся в решении задач саморазвития, самовоспитания, обучения, социализации, направленных на успешную подготовку к экзаменам, и дальнейшее обучение в образовательных организациях.

Приложение 1

к методическим рекомендациям для педагога-психолога и педагогических работников по вопросам психолого-педагогического сопровождения обучающихся, родителей и педагогического коллектива при подготовке к ГИА и демонстрационному экзамену

«Как подготовиться к сдаче государственной итоговой аттестации и демонстрационного экзамена»

(Вариант памятки для обучающихся техникума)

1. Подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи учебные пособия по предмету, тетради, бумагу, карандаши.

Можно ввести в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета, они повышают интеллектуальную активность. Для этого достаточно какой-либо картинки в этих тонах.

2. Составь план подготовки. Для начала определи, кто ты - «жаворонок»

или «сова» и в зависимости от этого максимально используй утреннее или вечернее время для интенсивной подготовки к экзаменам. Сделай план, что именно будешь делать сегодня: какие именно разделы будут пройдены.

3. Чередуй занятия и отдых: 40минут занятий, затем 10минут - перерыв.

Во время перерыва попробуй сделать зарядку, принять душ, послушать приятную тебе музыку и др., не сиди в телефоне.

4. Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник. Полезно структурировать материал за счет составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы и схемы полезны - их легко использовать при кратком повторении материала.

5. Начни с самого трудного - с того раздела, который знаешь хуже всего. Но если тебе трудно «раскачаться», начни с интересного и приятного. Войдешь в рабочий ритм, и дело пойдет.

6. Выполняй как можно больше тестов по этому предмету. Эти тренировки ознакомят тебя с конструкциями тестовых заданий. Тренируйся иногда с секундомером в руках, засекай время выполнения заданий. Готовясь к экзамену, никогда не думай о том, что не справишься, а, наоборот, рисуй себе картину положительную.

7. Оставь один день на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.

8. Накануне экзамена, с вечера перестань готовиться, прими душ, соверши прогулку. Хорошо выспись, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением здоровья и силы.

Во время экзамена обрати внимание на следующее:

- задание, по первым словам, уже предполагается ответ, который не всегда может быть верным;
- если нет ответа на вопрос или не уверен, пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- если в течение отведенного времени ответ на вопрос так и не найден, есть смысл положиться на свою интуицию и указать наиболее вероятный вариант.

Работа по данной памятке может строиться следующим образом:

1. Знакомство обучающихся с памяткой происходит на классном часе.
2. Выпускники получают распечатанный текст памятки, читают его и отвечают на вопросы педагога:
 - Какие рекомендации тебе кажутся наиболее полезными?
 - Что из этого ты можешь выполнить в ближайшую неделю?
 - Какими рекомендациями из памятки вы пользуетесь?
 - Если вы не пользуетесь данными рекомендациями, то почему?

«Подготовка выпускника к государственной итоговой аттестации и демонстрационному экзамену»

(Памятка для родителей)

Уважаемые родители!

Психологическая поддержка - это один из важнейших факторов, определяющих успешность вашего сына или дочери в ГИА и демонстрационного экзамена.

Поддерживать - значит верить. Поддержка основана на вере в прирожденную способность личности преодолевать жизненные трудности при содействии тех, кого эта личность считает значимыми для себя. Взрослые имеют немало возможностей, чтобы продемонстрировать сыну и дочери свое удовлетворение от его достижений или усилий.

Другой путь — научить подростка справляться с различными задачами, дав ему установку: «Ты сможешь это сделать».

Чтобы показать веру в сына или дочь:

- Забудьте о прошлых его неудачах.
- Помогите обрести уверенность в том, что он справится с поставленной задачей, опираясь при этом на его сильные стороны.
- Избегайте подчеркивания промахов, подбадривайте, хвалите их за то, что они делают хорошо.
- Проявляйте веру и уверенность в его силах.
- Организуйте «пробный экзамен». Проработайте с вашим выпускником всю схему процедуры сдачи ГИА и демонстрационного экзамена от начала и до конца.
- Создайте дома обстановку дружелюбия и уважения, демонстрируйте любовь и уважение к ребенку.
- Будьте одновременно твердым и добрым, но не выступайте в роли судьи. Поддерживайте своего выпускника, демонстрируйте, что понимаете его.

Приложение 2

к методическим рекомендациям
для педагога-психолога и педагогических работников по вопросам
психолого-педагогического сопровождения обучающихся, родителей и
педагогического коллектива при подготовке к ГИА и
демонстрационному экзамену

Мини-лекция «Как справиться с тревогой»

Эффективный способ справиться с тревогой — аутотренинг. Вместе с обучающимися выпускных групп разработать правила составления формул аутотренинга.

Все утверждения должны быть сформулированы в позитивной форме. Употребление частицы «не» запрещается. Все утверждения должны быть сформулированы в настоящем времени. Нельзя употреблять слова типа «пытаться», «стараться».

Например: «Все хорошо в моем мире. Я уверен и спокоен. Я сосредоточен. Я быстро вспоминаю весь материал. У меня все получится».

Состояние тревоги обычно связано с мышечным напряжением. Один из способов борьбы с такой тревогой называется мышечной релаксацией, ее можно проводить с помощью дыхания.

Еще один способ справиться с тревогой - медитация - это состояние глубокого сосредоточения на одном объекте. Такое состояние позволяет обрести душевный покой и равновесие.

Подготовительное упражнение: «Состояние тревоги и покоя».

Предложите обучающимся закрыть глаза и как можно лучше вспомнить или представить ситуацию, которая вызывает у них тревогу или волнение. Необходимо обратить внимание на то, что происходит с физическим самочувствием, как они ощущают себя в ситуации тревоги. Затем предложите вспомнить ситуацию, в которой дети чувствуют себя уверенно, и снова обратить внимание на физическое самочувствие. По завершении этого упражнения обсудите его результаты и составьте «портрет тревоги» и «портрет спокойствия». Обратите особое внимание на то, что тревога сопровождается напряжением, а спокойствие — расслабленностью.

Упражнения на релаксацию: «Мышечная релаксация»

Попросите обучающихся принять удобное положение, положить руки на колени или на стол и закрыть глаза, сосредоточить внимание на руках. Попросите ребят ощутить тепло своих рук, их мягкость. Если в руках есть

напряжение, просто позвольте ему быть. О том, что достигнуто полное расслабление, можно судить, если руки теплеют и становятся тяжелыми.

Упражнение «Дыхательная релаксация»

Наиболее простой способ — это дыхание на счет. Предложите ребятам принять удобную позу, закрыть глаза и попробовать в течение трех минут удерживать все свое внимание только на выбранном предмете.

По завершении релаксационных упражнений спросите у обучающихся, как меняется их состояние, какой способ снятия тревоги показался наиболее подходящим лично для них.