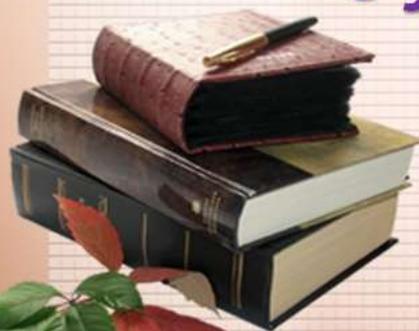


***Муниципальный семинар
«Актуальные вопросы внедрения обновленного ФГОС»***

***«Психологическое сопровождение
обучающихся при подготовке к экзаменам
с учетом обновленного ФГОС»***



Педагог-психолог МАОУ «СОШ № 80»

Метелькова Лилия Александровна

12.04.2023



Об обновлённых ФГОС начального и основного образования

- Министерством просвещения Российской Федерации утверждены новые федеральные государственные образовательные стандарты начального общего и основного общего образования. С 1 сентября 2022 года действуют ФГОС в каждой школе, а обучающиеся, которые были приняты на обучение в первые и пятые классы в 2022 году, учатся уже по обновленным ФГОС.
- ФГОС — это утвержденный на государственном уровне документ, который устанавливает требования к образовательным программам. В соответствии с ФГОС пишут учебные и методические пособия, рассчитывают количество времени, отводимое на учебные предметы, определяют требования к аттестации, формируют задания по ОГЭ и ЕГЭ.

Об обновлённых ФГОС начального и основного образования

Новые стандарты НОО и ООО требуют, чтобы содержание образовательных программ было вариативным. Это значит, что школы все больше должны ориентироваться на потребности учеников и предлагать им различные варианты программ в рамках одного уровня образования. Школа может обеспечить вариативность тремя способами.



Вариативность содержания образовательных программ

1 способ

- в структуре программ НОО и ООО школа может предусмотреть учебные предметы, курсы и модули

2 способ

- школа может разрабатывать и реализовывать программы углубленного изучения отдельных предметов. Для этого на уровне ООО добавили предметные результаты на углубленном уровне для математики, информатики, физики, химии и биологии

3 способ

- школа может разрабатывать и реализовывать индивидуальные учебные планы в соответствии с образовательными потребностями и интересами учеников

Вариативность дает школе возможность выбирать, как именно формировать программы. Учителя смогут обучать учеников в соответствии с их способностями и запросами. При этом, однако, нужно учитывать и требования к предметным результатам.

Трудности

(М.Ю.Чибисова к. п. наук. , доцент кафедры социальной педагогики и психологии Института педагогики и психологии Московского педагогического государственного университета; главный редактор ежемесячника «Школьный психолог»)

Когнитивные

- особенности психического развития (переработка информации, мнемические процессы, логичность мышления, аттенционные процессы.
- *Работа:* на развитие основных психических функций и обучение эффективной работы во время проведения экзамена.

Процессуальные

- знание о процедуре прохождения экзамена позволяет выпускнику быть более собранным во время организационных моментов и во время самого экзамена и подготовиться к возможным трудностям, которые могут возникнуть в процессе прохождения ГИА и ЕГЭ.
- *Работа:* пробное проведение экзаменов, выступление выпускников прошлых учебных лет, выпуск различных брошюр, памяток для выпускников, родителей.

Личностные

- эмоциональная стабильность, организованность работы, уровень тревожности и т.п.
- *Работа:* проведение занятий по контролю эмоций, снятия тревожности.



Комплекс мер по психологической подготовке выпускников к ОГЭ и ЕГЭ в МАОУ «СОШ № 80»



Для обучающихся

- диагностическое обследование
- индивидуальные и групповые консультации по запросу и итогам диагностики.
- профилактические беседы по теме «Экзамены без стрессов и тревог».
- занятия по спецкурсам «ОСЛ» «Психология успеха».



Для родителей:

- выступления на родительских собраниях с практическими рекомендациями «Как помочь подготовиться к экзаменам»
- консультации по запросу и итогам диагностики.
- Занятия и консультации в рамках программы «Школа ответственного родительства»



для педагогов:

- анализ результатов диагностики учащихся.
- рекомендации.

- Организация наглядных материалов (стенд) по психологической подготовке детей к экзаменам
- Размещение рекомендаций на сайте школы

Как психологически подготовиться к экзаменам

Приемы эмоциональной саморегуляции



- Контроль и регуляция тонуса мимических мышц, мышечной системы, темпа движений и речи
- Дыхательные упражнения
- Внутреннее сосредоточение
- Визуализация, ресурсное состояние
- Психосинтез
- Кинезиология

Приемы самонастройки и аутотренинга



- Самоприказ
- Мысленное перевоплощение
- Интеллектуализация
- Включение

Контроль и регуляция тонуса:

мимических мышц, мышечной системы

темпа движений и речи

- Упражнения: «Улыбка», «Царевна-Несмеяна», «Успокой своё тело», «Пальчиковая гимнастика», «Точечный массаж»

- Упражнения: «Имя», «Имена ребят», «Наша Таня...»

МАОУ «СОШ № 80»



Приемы и техники

- **Дыхательные упражнения:**
«Часы», «Мыльные пузыри»,
«Ватка»
- **Внутреннее сосредоточение:**
«Концентрация на дыхании»
- **Визуализация, ресурсное состояние**
«Имя», «Приятное место»



МАОУ «СОШ № 80»

Приемы и техники

- **Психосинтез :**

МАОУ «СОШ № 80»

«Частица»

- **Кинезиология:**

«Двойные рисунки, «Думательный колпак», «Позитивные точки», «Перекрестие», «Энергетическое звание»



«Школа ответственного родительства»

МАОУ «СОШ № 80»

Задачи:

- ❖ дать родителям психологические знания о развитии детей в разные возрастные периоды;
- ❖ научить выстраивать конструктивное общение родителей со своими детьми;
- ❖ сформировать навыки саморегуляции у родителей в преодолении стрессовых ситуаций.



«Школа ответственного родительства»

МАОУ «СОШ № 80»



«Основы социализации личности»

«Психология успеха»

МАОУ «СОШ № 80»





Спасибо за внимание

