**Занятие для педагогов обучающихся 9, 11 классов**

**Тема занятия:** Психологическая подготовка обучающихся к экзаменам: что важно знать педагогам.

**Методические рекомендации по организации и проведению занятия**

1. Организовать проведение интерактивного занятия в очном формате.
2. Продолжительность занятия - 2 часа с перерывом в 10–15 минут.
3. Перед началом занятия ведущему необходимо подготовить помещение для проведения мероприятия.
4. Занятие с педагогами сопровождается презентацией (*Приложение 1*).

**Содержание занятия**

1. Вступительная часть

Приветствие. Мотивация педагогов на продуктивную работу - **15 минут.**

1. Основная часть занятия - **90 минут** (с перерывом в 10–15 минут).

Теоретическая часть: 30 минут.

* основные причины переживаний выпускников в период подготовки и проведения экзаменов;
* факторы, влияющие на результат экзамена;

Практическая часть: 60 минут.

* упражнение «Ресурсы учителя в помощь обучающимся», обсуждение вопросов: «Чем я могу помочь обучающимся при подготовке к экзаменам?», «Какие мои действия могут ухудшить результаты обучающихся?»;
* упражнение «Разбор кейсов». Педагоги проживают описанные ситуации (кейсы) и разрабатывают конкретные рекомендации по оптимальным стратегиям поведения в них.

1. Заключительная часть – **15 минут.**

* рекомендации педагогам;
* тест – опросник;
* подведение итогов, ответы на вопросы.

**Ход занятия.**

**Вступительная часть занятия**

**Цель:** знакомство участников, введение в тему занятия

Время: 10 минут.

***Слайд 1.*** Ведущий представляется, озвучивает тему занятия, знакомит участников с регламентом и форматом занятия.

Упражнение знакомство:

Ведущий предлагает представиться участникам по схеме: «Ваше имя; какой предмет преподаете; приходилось ли участвовать в подготовке выпускников к экзаменам, ожидания от совместной работы.

***Слайд 2.*** Ведущий говорит о том, что слово «экзамен» переводится с латинского как «испытание». Экзамен – это не просто проверка знаний, а проверка знаний в условиях стресса и непредсказуемого результата. Подготовка и сдача экзаменов связаны большим напряжением для обучающихся, иногда чрезмерным.

*Экзамен — это очень важное событие, но не вся жизнь!*

Впереди каждого обучающихся ждут достижения, взлеты и падения. Выпускной экзамен — это их первая ступень во взрослую жизнь.

Зада педагогов, поделиться с выпускниками не только знаниями и практическими навыками, но и поддерживать в них позитивное психоэмоциональное состояние в период подготовки и сдачи экзаменов.

Ведущий озвучивает основные задачи занятия: «Сегодня мы рассмотрим факторы, влияющие на результат экзамена. Поделимся опытом и ответим на вопрос «чем педагог может помочь обучающемуся?». Совместно разработаем конкретные рекомендации по оптимальным стратегиям поведения в различных ситуациях».

**Основная часть занятия**

**Теоретическая часть (*в теоретической части представлен примерный текст выступления ведущего*).**

Время: 30 минут.

***Слайд 3****. «*Какими могут быть причины переживаний выпускников период подготовки и во время экзаменов?» (ответы педагогов).

Во-первых, ситуация в которой будет находиться ребенок во время экзамена - незнакома: другое здание, другие педагоги. Ребята боятся растеряется в новых условиях.

Во-вторых, на обучающихся могут оказывать влияние ожидания родителей и педагогов. А вдруг они не оправдают этих ожиданий, получат более низкую оценку или меньшее количество баллов, чем от них ждут.

В-третьих, личностные переживания, затруднения в изучении материала могут вызвать повышенную тревожность:

* «Мне не дано понять логарифмы…»
* «Наверняка мне достанется не то, что я учил…»
* «Вдруг мне станет плохо…»

***Слайд 4****.* Переживания обучающихся тесно связаны с факторами, влияющими на успешную сдачу экзамена.

*Предметная готовность.*

В течение всего обучения в школе ребенок изучает материал, получает практический опыт. Другими словами, собирает тот «Багаж» знаний, который пригодится ему во время экзаменов.

*Информационная готовность.*

Давайте представим, вам пришло уведомление о том, что вы являетесь организатором на экзамене. Какие вопросы у вас возникают?

(Собираем ответы педагогов)

Любому человеку для уверенности в предстоящем мероприятии важно знать точно:

* дату и время,
* место проведения,
* сколько будет длиться мероприятие,
* что необходимо с собой взять,
* как все будет происходить

*Психологическая готовность* включает в себя:

- Умение сохранять собственные ресурсы, соблюдая режим дня во время подготовки к экзаменам.

- Владение методами саморегуляции и самоподдержки до и во время сдачи экзаменов.

*Информацию о методах и способах саморегуляции и поддержи, ресурсах психологической помощи ребята получают на тренинговом занятии по подготовке к экзаменам.*

- Поддержка семьи.

*О том как поддержать ребенка во время экзаменов и при этом не мешать мы обсуждаем с родителями на лектории.*

***Слайд 5***

Важным фактором в успешном прохождения экзаменационного этапа является мотивация к достижению желаемых результатов.

Простыми словами, это желание и готовность человека прилагать усилия, чтобы достичь поставленных целей.

*Закон Йеркса-Додсона гласит, что наилучшие результаты достигаются при средней интенсивности мотивации.*

Высокий уровень возбуждения может вызвать тревожность и снизить продуктивность, особенно при выполнении сложных задач.

***Слайд 6***

Высокий уровень тревоги вызывает страх перед предстоящим событием.

Самый первый шаг и хороший способ снизить тревогу выпускников – это обеспечить детальное понимание предстоящей процедуры экзамена.

Важно проговорить с детьми все этапы подготовки и проведения экзамена.

**Практическая часть**

***Слайды 7–10***

Описание упражнений, инструкции участникам представлены в презентации (Приложение 1).

Упражнение 1. «Ресурсы учителя в помощь обучающимся»

Педагоги разбиваются на группы по 6 человек и обсуждают 2 вопроса:

* Чем я могу помочь обучающимся при подготовке к экзаменам
* Какие мои действия могут ухудшить результаты обучающихся

Далее один педагог от группы представляет результаты обсуждения.

Упражнение 2. «Разбор кейсов»

Педагоги делятся на микро группы по 6 человек. На слайде представлен кейс – ситуация для обсуждения. В течение 15 мин. в группах проходит обсуждение действий педагога в представленных ситуациях: «Какова стратегия поведения педагога и какие шаги он должен предпринять?».

Далее каждая группа представляет свои варианты решения. Общее обсуждение. Все решения группа может фиксировать на флипчартах.

После обсуждения первого кейса группам предлагается на обсуждение Кейс 2. Организация работы проводится в том же формате, что и с Кейсом 1.

*Кейс 1.*

*Вы наблюдаете девушку выпускного класса, у которой в последнее время значительно изменилось поведение: в классе стала держаться обособленно, ни с кем не общается, при ответе на вопросы педагогов говорит, что ей все надоело, она устала, боится предстоящих экзаменов. Консультации педагогов посещает, но на занятиях демонстрирует отрешенность, низкую заинтересованность.*

***Вопрос: какова стратегия поведения педагога в данной ситуации?***

*Кейс 2.*

*Юноша выпускного класса занимается профессиональным спортом. Из-за плотного графика тренировок, сборов и соревнований имеет пробелы в знаниях по предметам. Консультации по подготовке к экзаменам не посещает. Говорит о том, что учеба для него не имеет особой важности, в приоритете у него – спортивные достижения.*

***Вопрос: как должен поступить педагог в данной ситуации? Что он может/должен сделать?***

**Слайд 11** *Работа с листом наблюдения*

Педагогам предоставляется Лист наблюдения (*Приложение 2*) за обучающимися в процессе учебных занятий, консультаций и др. в целях своевременного выявления ребят, испытывающих острое тревожное состояние в преддверии экзаменов. Лист наблюдения заполняется на основе маркеров и при необходимости - в случае, если педагоги замечают у подростка нехарактерные изменения в поведении, связанные с тревожными состояниями (маркеры тревожных состояний - *Приложение 2, лист 2*).

**Заключительная часть.**

Время: 15 минут

**Слайды 12–13**. В заключительной части занятия педагогам предлагается пройти тест-опросник (*Приложение 3*). Результаты прохождения теста-опросника могут быть использованы при организации дальнейшей психолого-педагогической работы с педагогами.

Далее ведущий кратко подводит итоги встречи, а участники по очереди

отвечают на следующие вопросы:

• Что было самым полезным или интересным сегодня?

• С каким настроением я заканчиваю занятие?

В заключении встречи ведущий знакомит участников с ресурсами психолого-педагогической помощи и полезными материалами, информация о которых находится в **презентации** (*Приложение 1*).