

ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Частного учреждения дополнительного  
профессионального образования  
«Университет «Первое сентября»

  
Соловейчик Н.А.



**Программа**

**дополнительного профессионального образования  
(повышения квалификации)**

**Психологическая подготовка детей к сдаче экзаменов (ГИА)**

**Автор:**

Ведерникова Юлия Николаевна  
почетный работник сферы образования РФ

**Москва  
2024 г.**

## Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. **Цель реализации программы:** знакомство с формами и направлениями по подготовке выпускников к сдаче ГИА.

№	Компетенция	Направление подготовки Педагогическое образование 44.03.01
		Бакалавриат
1	способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8

### 1.2. Планируемые результаты обучения

Знать – уметь	Направление подготовки Педагогическое образование Код компетенции 44.03.01
	Бакалавриат
<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Что включает в себя психологическая готовность к итоговой аттестации</li><li>• Цель, задачи и основные направления психологического сопровождения</li><li>• Психодиагностические методы изучения уровня психологической готовности выпускников школы</li><li>• Формы работы психолога с выпускниками школы, их родителями и педагогами</li></ul>	ОПК-81
<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Проектировать психологическое сопровождение выпускников, их родителей и педагогов к сдаче ГИА</li><li>• Использовать упражнения для тренировки оптимального планирования времени, внимания, памяти, эмоциональной устойчивости выпускников при подготовке к сдаче экзаменов.</li></ul>	ОПК-8

1.3. **Категория обучающихся:** уровень образования ВО, направление подготовки – «Педагогическое образование»; область профессиональной деятельности – основное и среднее общее образование.

1.4. **Режим занятий** – 1 раз в неделю по 6 ч.

1.5. **Форма обучения:** заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

1.6. **Трудоемкость обучения:** 6 ч.

## Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный (тематический) план программы направления дополнительного профессионального образования.

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Формы Контроля
			Лекции	Практические занятия	
Тема 1.	Психологическая подготовка детей к сдаче экзаменов (ГИА)	5	1	4	Практическое задание 1.
	Итоговая аттестация	1		1	Зачет на основании выполненных практических заданий, онлайн-тестирования
<b>ВСЕГО</b>		<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	

### 2.3. Учебная программа

Темы	Виды учебных занятий/работ, час.	Содержание
Психологическая подготовка детей к сдаче экзаменов (ГИА)	Лекция, 1 ч. Практическое занятие, 4 ч.	<p>Психологическая готовность к итоговой аттестации. Цель психологической подготовки. Цель, задачи и направления психологического сопровождения. Основные направления психологической подготовки субъектов образовательного процесса к сдаче ГИА и ЕГЭ. Психодиагностические методы изучения уровня психологической готовности выпускников школы. Формы работы психолога с выпускниками, их родителями и педагогами по подготовке обучающихся к сдаче ГИА. Примеры упражнений для тренировки оптимального планирования времени, внимания, памяти, эмоциональной устойчивости.</p> <p>Практические задания.</p> <p>Задание 1. Провести опрос среди выпускников школы о их психологической готовности к итоговой аттестации. Проанализировать результаты и выявить основные проблемы и трудности, с которыми сталкиваются учащиеся. Предложить конкретные шаги и рекомендации для улучшения психологической готовности учащихся.</p> <p>Задание 2. Провести индивидуальные беседы с учащимися, их родителями и педагогами по вопросам психологической подготовки к сдаче ГИА</p>

		и ЕГЭ. Оценить уровень психологической готовности и разработать индивидуальные рекомендации. Задание 3. Провести предложенные упражнения для учащихся по развитию оптимального планирования времени, внимания, памяти и эмоциональной устойчивости. Следить за прогрессом и корректировать программу по мере необходимости.
Онлайн тестирование	1 ч.	Зачет на основании выполнения на положительную оценку практических заданий, онлайн-тестирования.

### Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Слушатель программы аттестуется по системе *зачтено/не зачтено*.

Зачет проставляется на основе успешного выполнения промежуточного и итогового контроля.

**Промежуточный контроль:** онлайн-тестирование.

*Критерии оценивания результатов тестирования*

Для успешной сдачи тестирования необходимо набрать не менее 70% по тесту. Слушателю дается максимально 10 попыток при выполнении тестирования.

### Примеры тестовых заданий

- Что подразумевается под психологической готовностью к итоговой аттестации?
  - Правильные ответы на контрольных работах
  - Эмоциональный «настрой» и ориентированность на целесообразные действия
  - Проявление агрессии и нервозности во время экзамена
- Зачем необходимо иметь психологическую готовность к итоговой аттестации?
  - Для успешной сдачи экзамена и получения хороших оценок
  - Для проявления агрессии и нервозности перед экзаменом
  - Для приспособления возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена
- К какому виду готовности к сдаче экзамена относится наличие знаний, умений и навыков по предмету, необходимые для прохождения процедуры итоговой аттестации?
  - Педагогическая готовность
  - Психологическая готовность
  - Личностная готовность
- Какова цель психологической подготовки к сдаче ГИА?
  - Выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые позволят каждому
  - ученику более успешно вести себя во время экзамена
  - Способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания
  - Сформировать умение мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями
  - Все вышеперечисленное
- В чем состоит основная задача психологической подготовки субъектов образовательного процесса к сдаче ГИА и ЕГЭ?
  - Оценка уровня профессиональной подготовки

- В) Определение уровня физического развития  
С) Диагностика и коррекция уровня психологической готовности
6. Какие направления психологической подготовки к сдаче ГИА и ЕГЭ существуют?  
А) Техническое и инженерное  
В) Диагностическое и информационное  
С) Медицинское и юридическое
7. Что включает в себя информационное направление психологической подготовки к сдаче ГИА и ЕГЭ?  
А) Психологическую поддержку выпускников после сдачи экзаменов  
В) Психологическое просвещение о трудностях ГИА и ЕГЭ  
С) Проведение мероприятий для улучшения результатов сдачи ГИА
8. Какие формы работы с выпускниками школы предполагает подготовка к ГИА?  
А) Групповые занятия – тренинги  
В) Игры – драматизации  
С) Индивидуальные консультации  
D) Все вышеперечисленное
9. Что включают в себя групповые занятия с выпускниками?  
А) Ознакомление с процедурой и спецификой ГИА в аспекте психологической подготовленности учащихся  
В) Освоение простейших релаксационных техник для снятия эмоционального напряжения во время ГИА  
С) Диагностика психологической готовности учащихся к ГИА  
D) Выступление на тематических классных часах по теме «Как нужно готовиться к ГИА»
10. Что относится к направлениям работы с педагогами по подготовке выпускников с сдаче ГИА? Исключите неверный ответ.  
А) Ознакомление с психологической спецификой ГИА  
В) Знакомство с психологическими характеристиками выпускников  
С) Взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психологических процессов у отдельных учащихся, необходимых для успешного прохождения экзаменационных испытаний  
D) Освоение простейших релаксационных техник для снятия эмоционального напряжения во время ГИА

#### **Требования к выполнению практических заданий:**

1. При выполнении практических заданий требуется использовать учебные материалы лекционных и практических занятий.
2. Ответы на задания должны быть представлены в соответствии с представленными в учебных материалах курса алгоритмами и рекомендациями.

#### **Критерии оценивания и оценивание практического задания.**

«Зачтено» - при выполнении практического задания обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы.

«Не зачтено» - при выполнении практического задания обучающийся продемонстрировал незнание и непонимание учебных материалов образовательной программы.

#### *Требования к итоговой аттестации:*

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: при выполнении практических заданий и онлайн-тестировании обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы.

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал незнание и

непонимание учебных материалов образовательной программы; не выполнил онлайн-тестирование.

#### **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.**

##### **4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.**

1. Нелюбова, Я.К. Экзамен без стресса! Профилактическая программа по снижению экзаменационного стресса у обучающихся выпускных классов при подготовке и сдаче ОГЭ/ЕГЭ : учебно-методическое пособие / Я.К. Нелюбова, Н.Н. Воронцова, О.П. Молодцова / под ред.Я.К. Нелюбовой. – Саратов : ГАУ ДПО «СОИРО», 2019. – 48 с. [https://resurs-yar.ru/files/PDF/ege/kspo\\_yakzameneh-bez-stressa.pdf?ysclid=lvocf9u9sk263898016](https://resurs-yar.ru/files/PDF/ege/kspo_yakzameneh-bez-stressa.pdf?ysclid=lvocf9u9sk263898016) (дата обращения: 03.05.2024)
2. Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ. Профилактика экзаменационной тревожности. ФГОС (Павлова М., Гришанова О. (сост.); М.: Учитель, 2018.
3. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. М.: Издательство: Генезис, 2009 г.

##### **4.2. Материально-технические условия реализации программы.**

Техническое обеспечение: ПК, выход в Интернет, Яндекс Браузер версии 18 и выше.  
Интернет-ресурсы, используемые при обучении, размещены на отечественных серверах и соответствуют требованиям Федерального закона "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ.