

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Путь к успеху» для 9 класса составлена на основе программы по курсу внеурочной деятельности «Путь к успеху» для 9, 11 классов Моисеевой С.В., педагога-психолога МБОУ «Средняя школа №9»; Дубовой Н.В., педагога-психолога МБОУ «Многопрофильный лицей №11 им. В.Г. Мендельсона», рецензия ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», рецензент: доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», кандидат психологических наук С.А. Гаврилушкин.

Данная программа представляет собой курс развивающих занятий для учащихся 9 класса, направленных на формирование и развитие у обучающихся старшей школы личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий, что соответствует требованиям, предъявляемым федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования (ФГОС ООО).

Актуальность проблемы обусловлена тем, что с 2009 года сдача ГИА в форме тестирования является обязательной процедурой для всех выпускников школ России, она обеспечивает объективную оценку качества результата обучения по учебным дисциплинам в соответствии с государственными образовательными стандартами.

В связи с изменением формы итоговой аттестации актуальной стала подготовка участников образовательного процесса к прохождению аттестации. Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у обучающихся.

Проблемы психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматриваются прежде всего через трактовку понятия «готовность» в психологии: 1) согласие сделать что-нибудь, желание и

стремление содействовать чему-нибудь (М.И. Дьяченко); 2) определенное состояние психофизиологических систем перед предстоящей деятельностью (С.Ю. Головин); 3) момент времени в жизни индивидуума, когда достигнутый им уровень зрелости позволяет ему извлечь пользу из конкретного опыта (А.А. Бодалев).

Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается определенный эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Педагогическая готовность – это наличие знаний, умений и навыков по предмету. Личностная готовность – это опыт, особенности личности, необходимые для прохождения процедуры итоговой аттестации.

Психологическая подготовка старших школьников включает формирование положительного отношения к ОГЭ, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие определенных психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ОГЭ.

Цель психологической подготовки – выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, то есть, будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

**Цель программы:** оказание психологической помощи выпускникам 9–х классов в период подготовки к ОГЭ.

**Задачи программы:**

1. Развитие познавательного компонента психологической готовности к ОГЭ: развитие внимания, памяти, мышления.

2. Отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции.
3. Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
4. Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ.
5. Создание необходимого психологического настроя у учащихся во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

#### **Методы и техники, используемые на занятиях с обучающимися:**

- Ролевые игры.
- Мини-лекции.
- Дискуссии.
- Релаксационные методы.
- Метафорические притчи и истории.
- Психофизиологические методики.
- Телесно-ориентированные техники.
- Диагностические методики.

#### **Содержание занятий:**

Психолого-педагогическая программа «Путь к успеху» включает в себя 35 занятий.

Программа включает три основных этапа:

1. Входная диагностика (2ч)
2. Этап коррекции и развития (31ч)
3. Итоговая диагностика. (2ч)

Целью первого этапа является исследование уровня развития познавательных процессов у учащихся (логической памяти, механической памяти, оперативной памяти, устойчивости, объёма и концентрации внимания, мышления); эмоционально-личностной сферы (уровня тревожности, самооценки, стрессоустойчивости).

Форма работы: групповая

Второй этап — коррекционно-развивающий. Направлен на реализацию целей и задач программы «Путь к успеху»:

1. Развитие познавательного компонента психологической готовности к ОГЭ: развитие внимания, памяти, мышления.
2. Отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции.
3. Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
4. Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ.
5. Создание необходимого психологического настроя у учащихся во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

Третий этап — итоговая диагностика. Он позволяет исследовать познавательную и личностную сферы учащихся по итогам занятий с целью оценки эффективности реализуемой программы.

Данная программа дополняется заданиями из методических пособий: «Психологическая помощь подростку в кризисной ситуации: профилактика, технология, консультирование, занятия, тренинги» М.Ю.Михайлиной, М.А.Павловой — Изд. 2-е-Волгоград: Учитель, 2016 и 2016 и авторской программы Н. Стебенева, Н. Королевой «Программа психолого-педагогических мероприятий «Путь к успеху» для выпускников в период подготовки к ЕГЭ».

#### **Ожидаемые результаты.**

Психологическая готовность участников ЕГЭ и ОГЭ:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Развитие концентрации внимания, памяти.
3. Развитие четкости и структурированности мышления.

4. Повышение сопротивляемости стрессу.
5. Развитие эмоционально-волевой сферы.
6. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
7. Развитие навыков конструктивного взаимодействия.

**Реализация данной программы будет способствовать формированию и развитию у обучающихся старшей школы - личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий:**

**а) личностные УУД:** формирование адекватной мотивации учебной деятельности, ценностно-смысловой ориентации учащихся, ориентации в социальных ролях и межличностных отношениях, готовности к жизненному и личностному самоопределению.

**б) регулятивные УУД:** формирование саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и к преодолению препятствий; рефлексии; функций контроля и оценки процесса и результатов деятельности.

**в) познавательные УУД:** формирование умений самостоятельного выделения и формулирования познавательной цели, выбора наиболее эффективных способов решения задач, выдвижения гипотез; развитие логических операций мышления.

**г) коммуникативные УУД:** формирование социальной компетентности, умения слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить

продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Критериями оценки эффективности реализации данной программы будет являться анализ проведенной работы, производимый на основе сопоставления результатов проведенных диагностик до начала реализации программы и по ее завершению. Проведенный анализ позволит оценить насколько снизился уровень тревожности, как развились те или иные психические функции. Косвенной оценкой эффективности программы может служить улучшение результатов ОГЭ у выпускников.

### **Ресурсы.**

Для осуществления программы необходимо наличие следующих ресурсов:

- специалисты: педагоги - психологи или учителя старшей школы, компетентные в области психологии, владеющие навыками проведения групповой и индивидуальной развивающей работы;
- помещение для занятий, оборудованное мебелью;
- отпечатанные материалы к занятиям.

**Мониторинг:** осуществляется с помощью следующих методик:

1. Методика «Коррективная проба» (буквенный вариант).
2. Методика Н. В. Бузина «Краткий интеллектуальный тест» (КИТ).
3. Методика исследования типов памяти.
4. Методика «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний» на основе методики МОДТ Е.Е. Рамициной.
5. Методика «Шкала оценки уровня ситуативной и личностной тревожности» Ч.Д. Спилберг, Ю.Л. Ханин.

6. Методика «Определение уровня осведомленности учащихся о процедуре сдачи ЕГЭ» О.В.Еремина.
7. «Тест-опросник определения самооценки» С.В. Ковалева.
8. Опросник А.А. Реана «Мотивация успеха и боязнь неудач».