

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 2
имени Исаевой Антонины Ивановны"**

Проект

#Наставник#Школа 2



Автор: Грищук Анастасия Александровна

Руководитель (консультант) проекта: Коротаева Наталья Вячеславовна

Нефтеюганск, 2024

Информационная карта проекта

1.	Полное название проекта	Наставник
2.	Специализация проекта	Педагогический
3.	Цель проекта	Создание условий для успешной сдачи экзаменов, дальнейшего определения траектории обучения и профессионального самоопределения выпускников школы
4.	Автор проекта (Ф.И.О., род занятий, специальность по диплому, адрес, телефон, электронная почта)	Грищук Анастасия Александровна, учитель английского языка, классный руководитель 5а класса; образование высшее педагогическое, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», факультет русской и западноевропейской филологии, 2016г. 89821415212 anastasiya-netrebina@yandex.ru
5.	Сроки реализации	Сентябрь 2024 года – декабрь 2025 года
6.	География проекта	Город Нефтеюганск, 5 мкр, здание 66, территория МБОУ «СОШ №2 им. А.И. Исаевой»
7.	Поддерживающие организации или физические лица (при наличии)	Администрация, учителя, родители выпускников МБОУ «СОШ №2 им. А.И.Исаевой»

Содержание

Краткая аннотация проекта	4
Описание проекта и его обоснование	5
Календарный график	8
Механизм реализации проекта	10
Этапы реализации проекта	13
Ожидаемые результаты	17
Оценка достижения намеченных результатов и отчетность	18
Литература	19
Приложение	20

Краткая аннотация проекта

Проект направлен на оказание помощи выпускникам при подготовке к успешной сдаче экзаменов, в принятии решений о выборе своей будущей профессии. Проект способствует построению индивидуального образовательного маршрута подростков, их ориентации во взрослом мире. Каждый человек талантлив, его способности определяют векторы профессионального и личного развития в течение всей жизни. Наставник – это тот, кто помогает человеку раскрыть его дарования. Каждый талант должен найти своего наставника.

Актуальность проекта состоит в том, что сдача ГИА выпускниками 9 классов является важным событием в жизни выпускников, которое решает дальнейшую траекторию жизненного пути выпускников. Важнейшей задачей учителей и родителей является формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена, а родителям – оказать своему ребенку правильную помощь.

Цель: Создание условий для успешной сдачи экзаменов, дальнейшего определения траектории обучения и профессионального самоопределения выпускников школы.

Новизна проекта заключается в сопроводительной направленности в процесс подготовки к экзаменам выпускников 9 классов учащимися 10 и 11 классов. Устойчивость результатов проекта после окончания его реализации может быть обеспечена конкретными отличительными особенностями деятельности и полученными результатами и эффектами. Проект реалистичен, перспективен, финансово экономичен, требует временных затрат наставников. Можно реализовать в любом образовательном учреждении.

Проект реализуется во внеурочное время учащихся.

Сроки реализации проекта: сентябрь 2024 года – декабрь 2025 года.

Описание проекта и его обоснование

В настоящее время в системе российского образования происходят глубокие, коренные изменения. Традиционная форма итоговой аттестации выпускников средних общеобразовательных школ перешла в новую форму – Государственную итоговую аттестацию (ГИА).

Государственная итоговая аттестация по образовательным программам основного общего образования проводится в целях определения соответствия результатов освоения учащимися образовательных программ основного общего образования соответствующим требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

С 2004 года в Российской Федерации проводилась апробация ГИА выпускников 9-х классов в новой форме. Экзамен проводился в виде тестирования на специальных бланках. ГИА с 2010 года является обязательной и единственной формой сдачи выпускных экзаменов в 9-м классе. Отметки по предметам ГИА имеют большую градацию, чем по стандартной пятибалльной системе. Таким образом, более точно оцениваются знания, что облегчает процедуру приема в профильные 10-е классы. Кроме поступления в 10-е классы результаты ГИА учитываются при продолжении обучения в средних специальных учебных заведениях.

Новая форма проведения экзамена выпускников 9 классов общеобразовательных учреждений является неотъемлемым элементом формирующейся общероссийской системы оценки качества образования. ГИА по программам основного общего образования включает в себя обязательные экзамены по русскому языку и математике, а также экзамены по выбору обучающегося по двум учебным предметам из числа учебных предметов: физика, химия, биология, литература, география, история, обществознание, иностранные языки (английский, французский, немецкий и испанский языки), информатика и информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).

Таким образом, условием получения учащимся аттестата об основном

общем образовании является успешное прохождение ГИА по четырем учебным предметам. В настоящее время выпускники, родители и учителя уделяют большое внимание к подготовке и сдачи ГИА, поэтому в экзаменационную пору всегда присутствует психологическое напряжение. Данная ситуация имеет ряд аргументированных причин, одной из них является, то что выпускник может не справиться с экзаменационными заданиями. Статистические данные по результатам участников ГИА по учебным предметам в 2024 году в форме ОГЭ в ХМАО-Югре показали, что 945 выпускников не смогли успешно сдать экзамены.

Цель: Создание условий для успешной сдачи экзаменов, дальнейшего определения траектории обучения и профессионального самоопределения выпускников школы.

Задачи:

1. Создать группу выпускников и организовать их работу.
2. Оказать психологическую поддержку при подготовке к экзаменам выпускникам школы.
3. Организовать индивидуальные занятия по учебным предметам, вызывающим наибольшие затруднения.
4. Помочь учащимся с профессиональным самоопределением.
5. Подобрать диагностический инструментарий, отслеживающий эффективность работы.

Актуальность проекта состоит в том, что сдача ГИА выпускниками 9 классов является важным событием в жизни выпускников, которое решает дальнейшую траекторию жизненного пути выпускников. Важнейшей задачей учителей и родителей является формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена, а родителям – оказать своему ребенку правильную помощь.

Д.Б. Эльконин считал, что ведущей деятельностью детей этого возраста

становится общение со сверстниками. Именно в начале подросткового возраста деятельность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Главная потребность периода – найти свое место в обществе, быть "значимым" – реализуется в сообществе сверстников.

Исходя из этих данных, важно включить учащихся 10 и 11 классов в подготовку к ГИА учащимися 9 классов, так как учащиеся 10 и 11 классов имеют свой собственный опыт сдачи экзаменов, могут поделиться своими впечатлениями.

Новизна проекта заключается в сопроводительной направленности подготовки к государственной итоговой аттестации. В процессе реализации проекта стремлюсь вовлечь учащихся 10 и 11 классов в процесс подготовки к государственной итоговой аттестации выпускников основной школы.

Устойчивость результатов проекта после окончания его реализации может быть обеспечена конкретными отличительными особенностями деятельности и **полученными результатами** и эффектами:

1. Повышение стрессоустойчивости при сдаче государственной итоговой аттестации выпускниками 9 классов.
2. Повышение среднего балла учащимися при сдаче государственной итоговой аттестации.
3. Повышение уровня профессионального самоопределения выпускников.
4. Повышение коммуникативных навыков всех участников проекта.
5. Снижение конфликтных ситуаций.

Проект рассчитан на 1 учебный год: сентябрь 2024 года – декабрь 2025 года.

Календарный график

№ п/п	Сроки	Вид деятельности	Конечные продукты
Проектировочный этап			
1.	сентябрь 2024 г.	Изучение теоретического материала и педагогического опыта по выбранному направлению.	
2.	сентябрь 2024 г.	Беседа с учащимися 9-11 классов о внедрение проекта.	
3.	сентябрь 2024 г.	Информирование потенциальных участников посредством школьного радио, газеты «2x2», в социальных сетях.	Формирование групп.
4.	октябрь 2024 г.	Проведение входного мониторинга: «Диагностика психологической готовности учащихся 9-х классов к сдаче ГИА».	Результаты мониторинга.
5.	октябрь 2024 г..	Проведение анкетирования среди учащихся 10-11 классов, с целью выявления интереса к наставничеству.	Формирование групп.
6.	октябрь-ноябрь 2024 г.	Обобщение результатов анкетирования. Формирование списков наставников и учащихся, которым нужен наставник.	Результаты анкетирования. Списки учащихся.
7.	ноябрь 2024 г..	Создание групп и бесед в социальной сети «ВКонтакте».	Группа и беседа в социальной сети «ВКонтакте»
Практический этап			
8.	ноябрь 2024 г. г.	Разработка плана реализации проекта.	Проект.
9.	ноябрь 2024 -май 2025 гг.	Индивидуальные занятия с Наставниками по учебным предметам.	Конспекты занятий.
10.	ноябрь 2024-май 2025 гг.	Круглые столы с Наставниками.	

11.	ноябрь 2024-май 2025 гг.	Встречи с выпускниками нашей школы (2016-2018гг.).	
12.	ноябрь 2024-май 2025 гг.	Круглые столы с выпускниками прошлых лет и этого учебного года.	
13.	ноябрь 2024-май 2025 гг.	Публикации статей об опыте сдачи ОГЭ.	Статьи в школьной газете и на сайте
14.	май 2025 г.	Проведение итогового мониторинга: «Диагностика психологической готовности учащихся 9-х классов к сдаче ГИА».	Результаты мониторинга
15.	май 2025 г.	Рефлексия. Корректировка проекта.	
Аналитический этап			
16.	сентябрь- октябрь 2025 г.	Обобщение результатов реализации проекта.	Проект.
17.	ноябрь- декабрь 2025 г.	Планирование дальнейшей работы в этом направлении в рамках преемственности.	План деятельности.

Механизм реализации проекта

Срок реализации данного проекта с сентября 2014 года - май 2025 года.

Проектировочный этап – сентябрь 2024 – ноябрь 2025 года.

Практический этап – ноябрь 2024 – май 2025 года.

Аналитический этап – сентябрь 2025 – декабрь 2025 года.

Данный проект может быть предложен для использования в практике учителей образовательных организаций, осуществляющих работу по подготовке к государственной итоговой аттестации, с целью повышения качества сдачи экзаменов.

Кто же такой «Наставник»? Каждый человек талантлив, его способности определяют векторы профессионального и личного развития в течение всей жизни. Наставничество - «персональная огранка» талантов человека, придание имеющимся навыкам правильной формы, создание новых плоскостей и граней его профессионализма. В этом смысле наставник – это тот, кто помогает человеку раскрыть его дарования. Каждый талант должен найти своего наставника. Во всех научных школах есть наставники, которые передают знания, опыт, навыки. Суть наставничества – это найти ключ к своему подопечному, в нужный момент дать шанс, зная его характер. Наставник всегда имеет опыт дать этот шанс в нужное время, когда подопечный будет готов.

Своими корнями практики наставничества достигают доисторических времен. В первобытных обществах юноши, которые готовились к инициации, находились под наблюдением и набирали советы специально предназначенных для этого опытных старших членов племени. В Европе наставничество известно со времен Древней Греции. В античной литературе описаны практики наставничества древних персов и эллинов. Ментор, персонаж гомеровской Одиссеи, был оставлен смотрителем на Итаке, так как из-за старости не мог воевать против Трои, сама богиня Афина воплощалась в его облике, чтобы наставить Телемаха в трудных ситуациях. Исторически значимые системы наставничества: традиция гуру из индуизма и буддизма, старейшины или старцы

из раввинского иудаизма и христианства, ученичество в средневековой цеховой системе. В СССР наставничество распространялось в системе профессионально-технического образования и производственного обучения, с 1950-х годов приобрело характер массового движения (например, наставничество в средней школе, как одна из форм методической работы, определяется как помощь опытного учителя молодому специалисту или стажёру «адаптироваться к новым условиям деятельности, закрепить ряд необходимых в этих условиях первичных умений и навыков»). В 2010-х наметился курс на возрождение данной традиции. В социальной работе с детьми в США применение практик наставничества упоминается с начала XX века. С 1900-х годов существует Big Brothers Big Sisters of America, объединяющая добровольцев-наставников для различных категорий детей (в конфликте с законом, сироты, дети неизлечимо больных, военных и из неполных семей).

Таким образом, термин наставничество имеет следующую трактовку: **наставничество** — отношения, в которых опытнее или более сведущий человек помогает менее опытному или менее сведущему усвоить определенные компетенции. Опыт и знания, относительно которых строятся отношения наставничества, могут касаться как особой профессиональной тематики, так и широкого круга вопросов личного развития. Сферы применения наставничества: адаптация молодых специалистов, услуги личного развития, образования.

Наставником называют лицо, которое передает знания и опыт.

В западной традиции такая личность называется ментор (mentor), по имени легендарного наставника сына Одиссея Телемаха. Того, кто перенимает опыт, в западной традиции называют протежé (protégé), apprentice (ученик в смысле средневековой цеховой системы), в 2000-е появилось слово mentee. В англоязычной литературе широко употребительным является термин mentoring, который не имеет общего устоявшегося толкования: упоминается до 50 различных определений. Из них самым употребляемым является следующее: Менторство является процессом неформальной передачи знания, социального

капитала и психологической поддержки, что воспринимаются как значимые для труда, карьеры или профессионального развития; менторство предполагает длительную неформальную коммуникацию между лицом, которое приобрело большой опыт и знания (ментором), и лицом, которое их требует (протее).

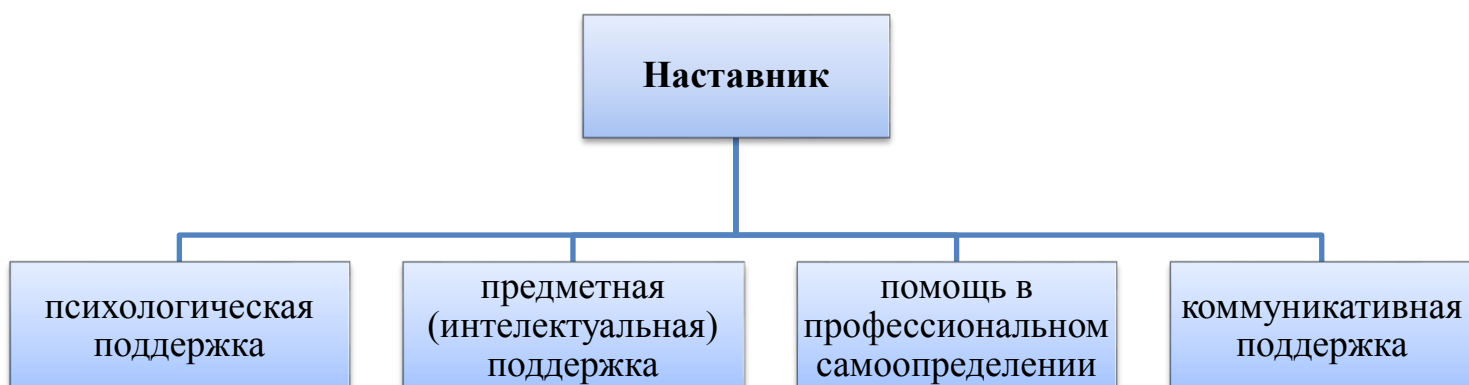
Техники наставничества

Поскольку наставничество направлено на развитие всей личности, в нем могут быть применены самые разнообразные техники, чтобы дать надлежащий результат. Исследование 1995 года, которое касалось применяемых в бизнесе техник наставничества, выявило пять наиболее общих:

- Сопровождение: наставник выполняет учебные задачи вместе с тем, кто учится.
- Посев: техника, которая применяется для подготовки ученика к изменениям. Сказанное наставником может быть непонятным с первого взгляда, однако раскрывает свое значение и ценность, когда ситуация потребует определенного знания или умения.
- Катализиция: в моменты, когда изменения достигают критического уровня, обучение может углубиться. Наставник может погрузить ученика просто в водоворот изменений, провоцируя новый способ мышления, изменения в идентичности и/или перестройку жизненных ценностей.
- Демонстрация: способ объяснения непонятого собственным примером, показом своих умений. Наставник показывает то, о чем говорит, показывает собственным поведением.
- Сбор урожая: применяется для замечания, осознание достижений, подведение итогов. В этом случае наставник задает вопрос: «Чему ты научился?», «Насколько это полезно?»

Различные техники могут быть использованы в зависимости от ситуации, типа мышления ученика.

Основные направления работы Наставников



Этапы реализации проекта

I. Проектировочный этап. Сроки: сентябрь 2024 –ноябрь 2024 года.

Цель: подготовить условия для реализации проекта.

Содержание деятельности:

- изучение теоретического материала и педагогического опыта по выбранному направлению;
- подбор диагностических методик по основным направлениям проекта, проведение входного мониторинга;
- создание групп и бесед в социальной сети «ВКонтакте».

Анализ методической литературы и определение диагностического материала оказался одним из сложных этапов в реализации данного проекта, так как определить психологические особенности учащихся, уровень тревожности и компетенции в период подготовки к ГИА непросто. Для отслеживания были отобраны:

1. методика «Определения уровня тревожности учащихся в ситуации проверки знаний» (на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е.Ромицына);
2. опросник «Итоги ГИА».

Данная методика и опросник представлены в Приложении 1.

В октябре 2024 года в 9 классах (всего 83 человека) были проведены

методика «Определения уровня тревожности учащихся в ситуации проверки знаний» (на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е.Ромицына) и опросник «Итоги ГИА», которые выявили высокий уровень тревожности у 15 % опрошенных, повешенный уровень тревожности у 66 %. У 76% – средний уровень готовности, требуется уточнить некоторые моменты подготовки. У 3% – низкий уровень подготовки, необходима систематическая подготовка к экзаменам.

Был разработан проект, направленный на устранение данных проблем у учащихся 9 классов.

В октябре 2024 года в 10 и 11 классах было проведено анкетирование, с целью выявления интереса к наставничеству. Данные анкетирования показали, что 24 учащихся (всего 115 человек) готовы быть наставниками для учащихся 9 классов. Данная анкета представлена в Приложении 2.

В ноябре 2024 года была создана группа в социальной сети «ВКонтакте», в которой состоят учащиеся 9, 10 и 11 классов. В данной группе наставники выкладывают информацию о предстоящих занятиях и встречах, публикуют статьи, направленные на более интересующие вопросы и проблемы при подготовке и сдачи ГИА. Также в социальной сети «ВКонтакте» была создана беседа, в которой состоят наставники для обсуждения плана работы с учащимися 9 классов.

Результат реализации этапа:

1. Проанализирована теория и практика по проблеме подготовки и сдачи ГИА учащимися 9 классов.
2. Определена диагностика с помощью, которой можно отследить уровень тревожности и компетенции в период подготовки к ГИА.
3. Проведен входной мониторинг, определена тема проекта «#Наставник#Школа2», продуман алгоритм действия реализации проекта, спрогнозированы результаты проекта.
4. Созданы группа и беседа в социальной сети «ВКонтакте».

II. Практический этап. Сроки: ноябрь 2024 года – май 2025 года.

Цель: апробация условий реализации проекта.

Содержание деятельности:

1. Разработка плана реализации проекта.
2. Выполнение запланированных операций.
3. Рефлексия. Корректировка проекта.

На данном этапе был разработан план реализации проекта, после чего приступили к апробации.

В ноябре 2024 года был проведен опрос среди учащихся 9 классов, с целью выявления учебных предметов, по которым имеются пробелы в знаниях школьников. Данный опрос показал, что 54 учащимся необходим наставник по одному и более предметам. Самыми востребованными учебными предметами оказались: математика, химия, физика, информатика, география и обществознание. Были созданы группы по всем перечисленным учебным предметам и назначены наставники.

В ноябре 2024 года был составлен список тем статей, которые наставники будут публиковать в социальной сети «ВКонтакте» в период: декабрь 2024 года – май 2025 года. Данный список состоит из 14 тем, посвященным проблемам по подготовки и сдачи экзаменов учащимися 9 классов.

Результат реализации этапа:

На данном этапе достигнуты промежуточные результаты. Наставники будут проводить занятия с учащимися 9 классов, круглые столы на более важные темы, относящиеся к вопросам подготовки к экзаменам, встречи с выпускниками нашей школы.

III. Аналитический этап. Сроки: сентябрь 2025 – декабрь 2025 года.

Цель: организовать оценку эффективности проекта, экспертизу и корректировку итоговых мероприятий.

Содержание деятельности:

1. Обобщение результатов реализации проекта.
2. Организация итоговых диагностических мероприятий с участниками проекта.
3. Рефлексия. Корректировка проекта.
4. Планирование дальнейшей работы в этом направлении в рамках преемственности.

Результат реализации этапа:

Обобщение и распространение опыта работы. Представление результатов на педагогическом совете и Совете родителей.

Ожидаемые результаты.

Устойчивость результатов проекта после окончания его реализации может быть обеспечена конкретными отличительными особенностями деятельности и полученными результатами и эффектами:

1. Повышение стрессоустойчивости при сдаче государственной итоговой аттестации выпускниками 9 классов (согласно мониторингу, проведенному в октябре 2024 года наблюдается высокий уровень тревожности у 3 выпускников 9 классов и повышенный уровень тревожности у 12 учащихся. К концу учебного года планируется снизить данные показатели до 0).
2. Повышение среднего балла учащимися при сдаче государственной итоговой аттестации (понижение количества учащихся, не преодолевших порог по предметам и повышение среднего балла по всем предметам до городского).
3. Повышение уровня профессионального самоопределения выпускников (100% выпускников 9 и 11 классов определились с будущей профессией).
4. Повышение коммуникативных навыков всех участников проекта.
5. Снижение конфликтных ситуаций.

Оценка достижения намеченных результатов и отчетность

Оценка результативности реализации проекта осуществляется с помощью:

1. Методики «Определения уровня тревожности учащихся в ситуации проверки знаний» (на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е.Ромицына) (проводит психолог).
2. Опросника «Итоги ГИА» (проводит психолог).
3. Результаты пробных экзаменов по предметам, результатами реального экзамена (динамику отслеживает курирующий заместитель директора по УВР).

№п/п	Виды деятельности	Запланировано	Фактически
Количественные показатели			
Качественные показатели			

Полный отчет по реализации проекта за учебный год предьявляется на итоговом педагогическом совете школы (1 часть – в мае 2025 года, 2 часть – в августе 2025 года (итоги экзаменов)).

На 3 аналитическом этапе будет проведен анализ контрольных точек проекта, мониторинг результативности и эффективности деятельности разработанной модели и представление результатов проекта широкой педагогической общественности на сайтах педагогических сообществ.

Литература

1. Никитина В.В. Роль наставничества в современном образовании. Научная статья в журнале «Народное образование. Педагогика», с. 5—56, 2017 год.
2. Официальный сайт «Агентство стратегических инициатив». Доступ: <https://asi.ru/> (дата обращения – 15.09.2018).
3. Зиннатова Н.Р., статья «Наставничество как процесс целенаправленного формирования личности», 2017 год. Образовательная социальная сеть «Наша сеть». Доступ: <https://nsportal.ru> (дата обращения – 02.02.2019).
4. Козлова Е.Г., статья «Организация разных форм наставничества в образовательном учреждении», 2018 год. Педагогическое сообщество «УРОК.РФ». Доступ <https://urok.pf/> (дата обращения – 04.02.2019).
5. Наставничество. Доступ: <https://howlingpixel.com/> (дата обращения – 13.10.2018).
6. Официальный сайт Википедия. Доступ: <https://ru.wikipedia.org/wiki> (дата обращения – 23.09.2018).
7. Селезнева Н.Н., статья «Наставничество в педагогике», 2016 год. Проект для учителей «Мультиурок». Доступ: <https://multiurok.ru/> (дата обращения – 25.09.2018).

Результаты диагностики психологической готовности учащихся 9-х классов к сдаче ГИА (проводил педагог – психолог Червоненко В.В.)

Цель: выявить учащихся, испытывающих психологическую неготовность к экзамену, влекущую за собой неудачи на ГИА

Средства:

- Методика «Определения уровня тревожности учащихся в ситуации проверки знаний» (на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е.Ромицына)
- Опросник «Итоги ГИА»

Количество респондентов: 83 чел.

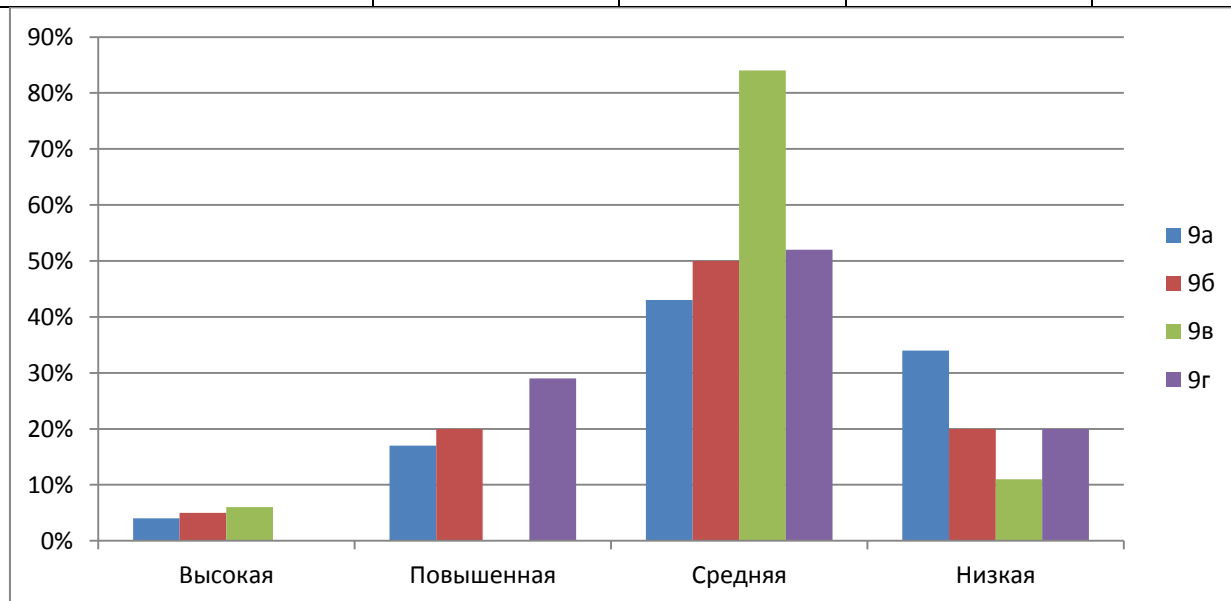
Дата проведения диагностики: октябрь 2024

Форма проведения: групповая диагностика.

Результаты диагностики:

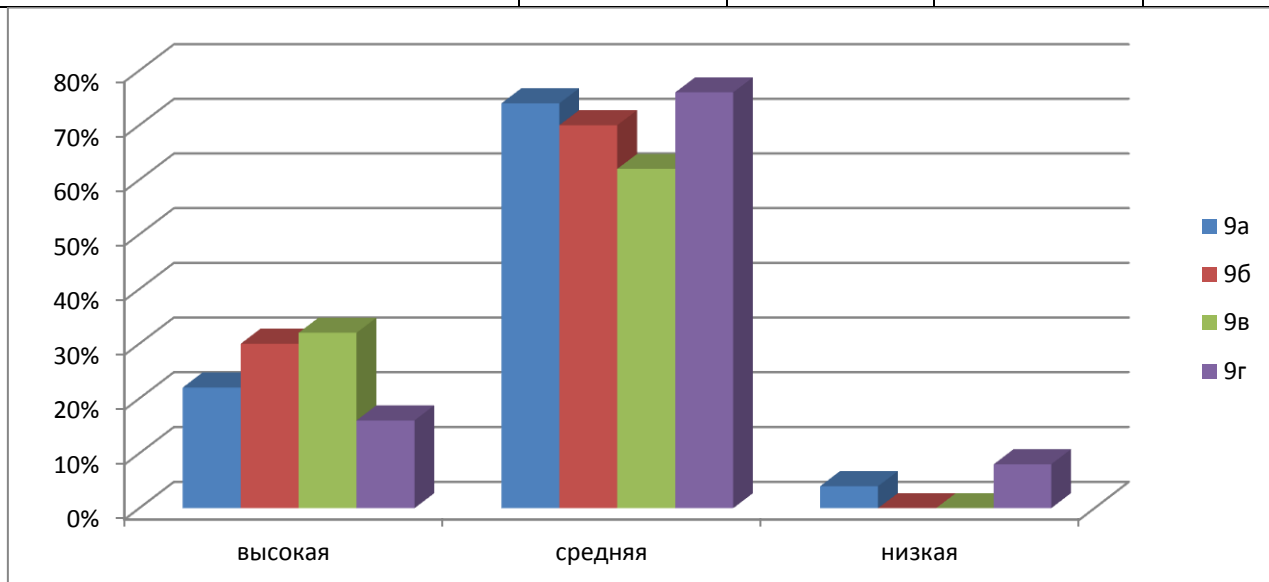
1. По методики определения уровня тревожности:

Уровень	9-А	9-Б	9-В	9-Г
Высокий уровень	4% (1)	5% (1)	6% (1)	0
Повышенный уровень	17% (2)	20% (4)	0	29% (6)
Средний уровень	43% (10)	50% (10)	84% (16)	52% (11)
Низкий уровень	34% (8)	20% (4)	11% (2)	20% (4)



Результаты опросника «Итоги ГИА»

Уровень	9-А	9-Б	9-В	9-Г
Высокий уровень	22% (5)	30% (6)	32% (6)	16%(3)
Средний уровень	74% (18)	70% (14)	62% (16)	76% (16)
Низкий уровень	4%(1)	0%(0)	0%(0)	8%(2)



24%(20 чел.)- высокий уровень психологической готовности к экзаменам.

76%(66 чел.) – средний уровень готовности, требуется уточнить некоторые моменты подготовки.

3%(3 чел.) – низкий уровень подготовки, необходима систематическая подготовка к экзаменам.

Рекомендации:

- создание позитивного образа, ощущение того, что это препятствие (экзамены) преодолимо, самосознание цели сдачи ГИА.
- актуализация индивидуальных психологических особенностей подготовки к ГИА. Обучение выпускников способом релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышения сопротивляемости стрессу.
- развитие навыков позитивной самомотивации и способов подготовки к ГИА.
- выработка индивидуальных рекомендаций для учащихся с высоким уровнем тревожности по способам успешной сдачи ГИА.

Ф.И. _____ Класс _____

Опросник «Итоги ГИА»

1. Охарактеризуйте ваше состояние на пробном ГИА:

- 1) я совершенно не волновался;
- 2) я волновался, но вспомнил и применил техники борьбы с волнением, поэтому смог справиться с собой;
- 3) я сильно переживал по поводу того, что не справлюсь с заданиями, и это помешало мне хорошо выполнить ГИА.

2. Определите, каким образом вы действовали на пробном экзамене:

- 1) с самого начала действовал в соответствии со стратегией, выработанной в процессе подготовки к нему;
- 2) сначала я забыл о том, как необходимо действовать, и выполнял задания хаотично, но потом вспомнил об этом и перестроил свою работу;
- 3) действовал по ситуации, не придерживаясь определенной стратегии деятельности.

3. Предположите, насколько успешно вы выполнили экзаменационные задания:

- 1) выполнил ГИА успешнее, чем планировал, легко справился с заданиями, рассчитываю на более высокую сумму баллов, чем предполагал ранее;
- 2) думаю, что выполнил те задания, которые были мне по силам, получу сумму баллов, на которую рассчитывал;
- 3) задания оказались сложнее, чем ожидал, сумма баллов будет ниже, чем планировал заранее.

4. Всё ли вы знали о процедуре ГИА:

- 1) знал всё, во время экзамена не возникло непредвиденных ситуаций;
- 2) мне нужно ближе познакомиться с процедурой ГИА;
- 3) некоторые моменты экзамена были неожиданны, не знакомы.

5. Ваши выводы после пробного экзамена:

- 1) ГИА показал, что я хорошо подготовлен и по предмету, и психологически, отчетливо понимаю, что и как нужно делать во время экзамена;
- 2) мне не хватило предметных знаний, необходимо заниматься дополнительно, чтобы ликвидировать пробелы по отдельным темам;
- 3) у меня возникли проблемы психологического характера, я нуждаюсь в психологической подготовке к ГИА.

Определение уровня тревожности в ситуации проверки знаний.

Утверждения	(“+” / “-”)
Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал?	
Обычно ты волнуешься при ответе или выполнении контрольных заданий?	
Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?	
Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?	
Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова?	
Обычно ты спишь беспокойно накануне контрольной или экзамена?	
Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал, только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе?	
Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?	
Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий?	
Беспокоишься ли ты по дороге в школу о том, что учитель может дать классу проверочную работу?	

Дорогой друг!

В нашей школе с этого года начинает свою работу проект «Наставник». В нем примут участия выпускники 2021, 2022, 2023 годов, а также ученики нашей школы 9-11 классов. Мы предлагаем тебе принять участие в этом проекте.

Нужен ли он тебе, чем ты будешь в нем заниматься решать тебе!

Для этого предлагаем заполнить анкету.

Ф.И. _____ класс _____

1. Определился ли ты с выбором предметов для сдачи ГИА?

а) да

б) нет

2. В чем или по каким предметам ты испытываешь трудности?

3. Нужна ли тебе помощь наставника?

а) да

б) нет

4. Верить ли ты в свои силы?

а) да

б) нет

До встречи!