Департамент образования и молодежной политики
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
Бюджетное учреждение профессионального образования
«Междуреченский агропромышленный колледж»

Согласовано	Утверждено
Протокол заседания МС	Директор
от «20» октября 2017г. № 2	_____ Н.Н. Лунина

ПРОГРАММА
психолого-педагогического сопровождения студентов при подготовке их к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах

Составитель:
педагог-психолог
Богданова Ольга Александровна

гп. Междуреченский, 2017г.

Пояснительная записка

Одна из сфер деятельности педагога-психолога – работа с одарёнными детьми. Для студентов колледжа под одарённостью будем понимать системное, развивающееся в течение жизни качество психики, которое определяет возможность достижения более высоких результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с показателями других людей.

Одарённый ребёнок обладает уникальными качествами. И что бы ни было причиной тому – наследственность или среда, в которой он растёт, важно поддерживать и развивать его способности. Поэтому задача педагога-психолога - создать условия, помогающие студентам достигать высоких результатов в той сфере, которая им интересна. Реализовать эту задачу можно через организацию психолого-педагогического сопровождения при подготовке студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах.

Профессиональная олимпиада и конкурс – это творческий процесс, предполагающий не только проверку уровня знаний в рамках программы по получаемой профессии, но и возможность самостоятельного осмысления задания, применение нестандартного подхода к его выполнению. Здесь требуется не столько умение решать задачи по заданным образцам-алгоритмам, сколько гибкость мышления, сообразительность, ориентация в своей профессиональной области. Поэтому важна грамотная подготовка студентов к участию в таких мероприятиях.

С точки зрения педагогов, данное мероприятие – это эксперимент, в рамках которого студенты-участники помогают им проанализировать процесс усвоения информации по их предмету; с точки зрения студентов – возможность продемонстрировать способы работы с неизвестной им информацией. Проведение, как и подготовка участников к олимпиаде, само по себе является стрессовой ситуацией. Это обусловлено несколькими факторами:

- мероприятие проходит в другом, чужом для человека месте, где собираются незнакомые сверстники;
- конкурс проводят и затем оценивают результаты незнакомые взрослые;
- время, отводимое на решение заданий, ограничено;
- на участника возлагается груз ответственности – защита чести учебного заведения, в связи с чем возможный проигрыш становится поражением не только самого участника мероприятия, но и колледжа, который он представляет.

Все перечисленные факторы вызывают тревогу и могут привести к дезорганизации деятельности, снижению концентрации внимания и работоспособности, растерянности даже на этапе подготовки студентов к олимпиаде. Порой даже способному обучающемуся трудно в должной мере проявить свои знания, умения, навыки и способности.

Успешность выступления зависит от интеллектуальной, физической и психологической подготовки. В ситуации олимпиады или конкурса наиболее значимыми оказываются следующие психологические характеристики студента:

- высокий уровень самоорганизации, организации деятельности;
- высокая и устойчивая работоспособность;
- высокий уровень концентрации внимания, произвольности;
- четкость, комбинаторность, нестандартность мышления;
- сформированность внутреннего плана действий;
- сформированность навыков эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивость.

Возможность высоких достижений в жизни обеспечивает так называемый «эмоциональный» (или социальный) интеллект. Под этим понятием подразумевается самомотивация, устойчивость к разочарованиям, контроль над своим эмоциональным состоянием. Участие в конкурсах и олимпиадах – одно из действенных средств развития этих качеств личности. Конкурсы стимулируют активность, инициативность,

самостоятельность студентов, обогащают эмоциональную жизнь, способствуют формированию духовности и культуры, толерантности и способности к саморазвитию, объединяют с педагогами, побуждают к сотрудничеству, предоставляя возможности для личностно ориентированного обучения и проектной деятельности. Кроме того, участие в конкурсах способствует раскрытию интересов и способностей студентов, раскрытию творческой и поисковой активности, социальному развитию.

Опыт побед и поражений, приобретаемый в ходе различных конкурсных заданий, чрезвычайно важен для дальнейшей жизни – он позволяет сформировать собственное представление о своих возможностях, самоутвердиться.

Компоненты психологической готовности к участию в конкурсных мероприятиях:

1. Поведенческий компонент – знание, что делать на конкурсном мероприятии, как готовиться.
2. Эмоциональный компонент – индивидуально-личностные особенности, отношение в конкурсу.
3. Когнитивный компонент – объём знаний студента, необходимый для участия в конкурсе.
4. Способность к саморегуляции – умения и навыки саморегуляции в период подготовки и участия в конкурсном мероприятии.

В связи с этим одна из задач психологического сопровождения в колледже – создание социально-психологических условий для успешной подготовки к участию студентов в профессиональных конкурсах и олимпиадах.

Цели психологического сопровождения:

- Ознакомление студентов с психотехническими навыками, повышающими эффективность подготовки к участию студентов в профессиональных конкурсах и олимпиадах;
- Формирование и развития умения мобилизоваться в стрессовой ситуации;
- Развитие навыков мыслительной деятельности;
- Развитие психологической компетентности родителей и педагогов.

Активная подготовка студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам и участие в них служит своеобразной психолого-педагогической диагностикой их, позволяющей проанализировать, насколько каждый из них развит интеллектуально, какие имеет интересы и предпочтения, насколько у него сформированы навыки самоорганизации, самопрезентации, какие трудности имеются. При этом педагоги могут лишний раз утвердиться в верном выборе студентом той или иной профессии, в совпадении его интересов и возможностей.

Модель психолого-педагогического сопровождения педагога и учащегося при подготовке студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам.

Чтобы обеспечить полноценную психологическую подготовку студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам, важно объединить усилия всех участников, вовлеченных в данный процесс: администрации, студентов, педагогов, педагога-психолога, родителей.

Психолого-педагогическое сопровождение подразумевает:

1) сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся;

2) мониторинг возможностей и способностей студентов, выявление и поддержка профессионально одаренных студентов;

3) выявление и поддержка обучающихся с особыми образовательными потребностями;

4) проведение для педагогов и родителей консультаций по вопросам психологических особенностей одаренности, специфики проявления таланта и формирования творческих способностей;

5) ознакомление педагогов с особенностями проявления обучающимися своего творческого, интеллектуального, профессионального потенциала;

6) разработка рекомендаций по стимулированию и поддержке проявления креативности одаренными обучающимися.

Уровни психолого-педагогического сопровождения при подготовке студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам: индивидуальный, групповой, на уровне группы, на уровне образовательной организации.

Психологическое сопровождение подготовки студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах реализуется следующими способами:

1. Психологическая диагностика.
   Цель – выявление студентов, способных участвовать в профессиональных конкурсах, определение у них мотивации и потребностей, трудностей в процессе подготовки.
   На этом этапе используется психолого-педагогическое наблюдение, метод цветовых метафор (автор И.Соломин), результаты диагностики, собеседования.
   Что даёт: участниками становятся более мотивированные и способные студенты, составление программы психологического сопровождения.
2. Индивидуальное и групповое консультирование.
   Цель – снятие тревожного состояния, обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей.
   Что даёт: преодоление трудностей и развитие навыков, способствующих эффективному участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах.
3. Тренинговые занятия.
   Цель: преодоление стрессового состояния, выработка индивидуального стиля работы.
4. Информационная поддержка. Составление буклетов, памяток, брошюр, оформление информационных стендов.

В реализации психологического сопровождения педагогов могут быть использованы следующие формы работы:

1. Индивидуальное и групповое консультирование.
   Цель: раскрыть перед педагогами важные вопросы психологической подготовки студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах.
2. Составление совместно с педагогами рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в процессе подготовки студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах для обучающихся, педагогов и родителей.
3. Информационная поддержка. Выпуск материалов в печатном и электронном виде, раскрывающих следующие темы: создание благоприятной атмосферы в процессе подготовки студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах, обучение контролю стрессовых состояний и т.п.

Основные направления работы с родителями:

1. Индивидуальное консультирование.
   Цель: оказание психологической помощи тревожным родителям, информирование о способах поддержки детей, участвующих в конкурсных испытаниях.
2. Информационная поддержка. Выпуск буклетов по темам: создание благоприятной атмосферы в семье, обучение контролю стрессовых состояний, способам поддержки и т.п.

Психологическая подготовка студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам заключается в следующем: психолого-педагогической поддержке, которая включает диагностику, консультативно-тренинговую работу, направленную на развитие

самосознания. Важно сформировать у студента ценностное отношение к себе, своим способностям, развить глубокое понимание своих возможностей.

Работа по психологическому сопровождению участия студентов в профессиональных конкурсах и олимпиадах проводится по индивидуальному графику и зависит от сроков проведения конкурса. Важным моментом является добровольное (без психологического принуждения) участие студентов в конкурсной деятельности. Рекомендуется начинать подготовку за 2-3 месяца до начала конкурса.

Примерный план психолого-педагогического сопровождения при подготовке студентов к профессиональным конкурсам и олимпиадам.

№	Мероприятие	Вид деятельности	Дата	Результат
Организация психологического сопровождения				
1	Организация деятельности по выявлению индивидуальных и типологических особенностей личности, круга интересов и мотивов студентов		За 2 месяца до начала конкурса	Эффективное построение процесса подготовки студентов к участию в проф.конкурсах и олимпиадах Учёт индивидуальных особенностей в процессе подготовки
2	Разработка индивидуальных маршрутов психологической подготовки, адресной дифференцированной поддержки	Консультирование	За 2 месяца до начала конкурса	Реализация индивидуального подхода в процессе подготовки
Психолого-педагогическое сопровождение педагогов-руководителей				
1	Индивидуальные беседы с педагогами по психологическим проблемам взаимодействия со студентами – участниками конкурсного движения	Консультирование	В течение учебного года	Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов Преодоление и профилактика возникающих проблем
2	Практический семинар «Подготовка педагогов к сопровождению студентов в процессе конкурса».	Просвещение	За 2 месяца до начала конкурса	Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов
3	Цикл занятий, направленных на подготовку педагогов-руководителей к участию их студентов в профессиональных конкурсах и олимпиадах	Развитие, коррекция	2 раза в месяц	Развитие навыков стрессоустойчивости, поддержки студентов в стрессовой ситуации

4	Разработка памяток по подготовке студентов к конкурсам и олимпиадам	Просвещение	В течение учебного года	Повышение психолого-педагогической компетентности
Психолого-педагогическое сопровождение студентов				
1	Выявление индивидуальных и типологических особенностей личности, круга интересов и мотивов студентов	Диагностика Наблюдение Собеседование со студентами Беседы с педагогами	В течение учебного года	Эффективное построение процесса подготовки студентов к участию в проф.конкурсах и олимпиадах Учёт индивидуальных особенностей в процессе подготовки
2	Цикл занятий с элементами тренинга для обучающихся, направленных на подготовку студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах	Развитие, коррекция	1 раз в неделю	Развитие навыков планирования, целеполагания, развития памяти, внимания, стрессоустойчивости студентов
3	Коррекция планов индивидуальной работы с учащимися, заявленными на участие в олимпиадном движении	Консультирование Коррекция	1 раз в неделю	Преодоление проблем, возникающих в процессе подготовки
4	Индивидуальные беседы с обучающимися по вопросам затруднений, имевших место в процессе подготовки	Консультирование	1 раз в неделю	Преодоление проблем, возникающих в процессе подготовки
Психолого-педагогическое сопровождение родителей				
1	Индивидуальные беседы с родителями обучающихся по вопросам затруднений, имевших место в процессе подготовки	Консультирование	1 раз в месяц	Преодоление проблем, возникающих в процессе подготовки

Результаты:

Повышение интереса студентов к участию в конкурсах и олимпиадах профессиональной направленности.

Улучшение межличностных отношениях в коллективах групп (студенты станут дружелюбными, открытыми в общении, толерантными по отношению друг к другу, снизится количество конфликтных ситуаций).

Повышение познавательной активности студентов.

Повышение самооценки студентов через признание сообществом колледжа их успехов.

Получение опыта самостоятельной работы.

Студент, психологически готовый к участию в профессиональных конкурсах:

- Уверен в своих силах.

- Постоянно поддерживает позитивный настрой на успех.
- Объективно оценивает свои способности.
- Извлекает положительное из критики в свой адрес, самокритичен.
- Ценит и развивает в себе пунктуальность, обязательность, аккуратность.
- Формирует вокруг себя интеллектуальную и творческую среду развития.
- Ставит адекватные учебные задачи и поэтапно их решает.
- Эффективно использует время, отведенное на подготовку к конкурсу.
- Доводит начатое дело до конца.
- Воспринимает успех или неудачу как жизненный урок.

В беседе о конкурсном мероприятии такой студент спокойно может сказать:
- «Я хорошо представляю, как проходит конкурс».
- «Полагаю, что правильно смогу распределить время во время конкурсного мероприятия.
- «Я знаю, как выбрать наилучший для меня способ выполнения заданий».
- «Думаю, что смогу справиться с тревогой на конкурсном мероприятии».
- «Считаю, что смогу добиться высоких результатов на конкурсе».

Программа занятий с элементами тренинга для обучающихся, направленных на подготовку студентов к участию в профессиональных конкурсах и олимпиадах.

Цель: развитие коммуникативных умений, создание условий для образования команды, формирование стрессоустойчивости и навыков уверенного поведения.

Программа деятельности включает 10 занятий с элементами тренинга. Периодичность встреч – 1 раз в неделю. Продолжительность – не более 45 минут. Программа - это цикл психологических занятий с элементами тренинга. Тренинг значительно ускоряет и облегчает процесс овладения знаниями и навыками эффективного социального поведения, способствует развитию коммуникативных возможностей человека, необходимых для организации полноценного продуктивного взаимодействия с другими людьми в практической деятельности и межличностных отношениях, создает возможности для более полного самопознания и самоопределения. Занятия по данной тематике можно проводить в групповой форме или индивидуально с заменой некоторых упражнений, предназначенных для группы.

Тематическое планирование программы занятий с элементами тренинга:

Тема занятия	Задачи	Содержание занятия
Вводное. Самопрезентация	Создать комфортную, доверительную обстановку, выработать правила работы в группе. Создать условия для осознания обучающимися своих внутренних установок, комплексов, тормозящих личностное развитие; формировать умение принимать ответственность за события в своей жизни.	Знакомство с группой. Выработка и принятие правил. Упражнения: «Жизненные установки», «Найди свою цель»
Я – автор событий в своей жизни	Формировать мотивацию к проявления своих способностей, лидерских качеств; предоставить	Упражнения «Надпись на футболке» Игры «Подчеркнём свою индивидуальность», «Атомы

	возможность реализоваться в соответствии со своими склонностями и интересами.	и молекулы» Упражнения «Прямоугольник», «Интервью»
Достижение успеха	Познакомить с понятием «успех», с правилами постановки целей; развить способность видеть и достигать поставленную цель; создать условия для осознания обучающимися своих возможностей по достижению цели; развить рефлексию	Упражнения «Мои ресурсы», «Мои успехи», «Скажи соседу слева», «Я хочу», «Мои планы», «Что может помещать», «Рисунок корабля», «Гавань»
Приемы, мобилизующие интеллектуальные возможности	Познакомить со способами запоминания, концентрации внимания. Создать условия для выявления индивидуальных особенностей познавательных процессов у обучающихся, развивать их.	Метод ключевых слов, шести вопросов, свободных ассоциаций. Упражнения «По горчим следам», «Шерлок Холмс», «Помехи».
Мои эмоции	Показать возможности анализа сложных, противоречивых, дискомфортных чувств как средства самопознания, личностного роста и достижения эмоционального равновесия; дать обучающимся возможность определить позицию по вопросу «Надо ли подавлять эмоции?»	Упражнения «Эмоции», «Всё относительно», «Вычерпывание чувств»
Я учась владеть собой	Раскрыть понятия «тревожность» и «стресс»; обратить внимание обучающихся на «здоровые» способы преодоления тревожности; познакомить с упражнениями на расслабление; обучить навыкам саморегуляции	Мини-лекция «Тревожность. Стресс». Упражнения «Подводные камни», «Человечек», «Спасательный круг»
Как сэкономить время	Формировать умение планировать, рационально распределять время, средства и силы для предотвращения перегрузок, эффективно использовать время в период подготовки к конкурсу	Упражнение «Распорядок дня», «Поглотители времени»
Развитие креативного	Создать условия для	Упражнения «Личный герб»

мышления	формирования творческих способностей как одному из эффективных путей подготовки к конкурсу. Формировать навыки принятия решения в нестандартной ситуации, не бояться ошибок, раскрытие потенциала каждого участника.	Творческая мастерская «Фабрика звёзд»
Я уверен. Уверенное поведение	Познакомить с признаками уверенного и неуверенного поведения; формировать условия для приобретения обучающимися опыта уверенного поведения в моделируемых ситуациях общения	Упражнение «Контакт глаз», «Уверенность – неуверенность», «Нет» Отработка навыков уверенного поведения Упражнения «Символ», «Копилка», «Мои ресурсы»
Практика решения конфликтов	Раскрыть понятие «конфликт», «пути выхода из конфликтной ситуации». Формировать умение разрешать конфликты; проанализировать способы выхода из конфликтных ситуаций	Мини-лекция «Конфликтная ситуация. Конфликт. Способы выхода из конфликтной ситуации». Упражнения «Слон, пальма, крокодил», «Разведчик», Анализ жизненных ситуаций», «Слова».

Реализация программы предполагает использование следующих методов:

- Групповая дискуссия – способ организации общения участников группы, который позволяет сопоставить противоположные позиции, увидеть проблему с разных сторон, уточнить взаимные позиции, что уменьшает сопротивление восприятию новой информации, устранить эмоциональную предвзятость. Метод позволяет обучать участников анализу реальных ситуаций, прививает умение слушать и взаимодействовать с другими участниками, показывает многозначность возможного решения большинства проблем.
- Тематическая ориентация – обсуждение вопросов и проблем, решение которых значимо для всех членов группы (по теме занятия).
- Ориентация на взаимодействие – тип дискуссии, ориентирующейся на групповую динамику, на то, что происходит между членами группы, на анализ их отношений и взаимных реакций. Например, в ходе групповой дискуссии между двумя участниками возникает личностный конфликт. Ведущий обращает на это внимание группы и предлагает проанализировать сложившуюся ситуацию.
- Ролевая игра – метод, суть которого заключается в «разыгрывании ролей». Участники играют роли, позволяющие им полностью выражать свои реальные чувства и мысли. Осознание приводит к действию, а его выполнение приводит к расширению осознания самого себя.
- Игра-активатор – метод тренировки эффективного взаимодействия.
- Информирование (инструктирование) – раскрытие в доступной форме психологических понятий через анализ материала, возникшего «здесь и теперь».

Ожидаемый результат: обучающиеся получили знания и представления о себе, о способах эффективного управления своим эмоциональным состоянием и эффективного

взаимодействия с другими, научились анализировать себя и других, сформировали навыки уверенного поведения и конструктивного общения.

Цикл занятий, направленных на подготовку педагогов-руководителей к участию их студентов в профессиональных конкурсах и олимпиадах.

1. Лекционно-практическое занятие на тему «Психологические особенности сопровождения обучающихся в процессе олимпиады».
2. Лекционно-практическое занятие на тему «Психологические правила взаимодействия педагога с обучающимися – участниками конкурса. Психология стресса. Профилактика стресса».
3. Тренинговое занятие по выработке навыков стрессоустойчивости.
4. Тренинговое занятие «Приемы снятия психоэмоционального напряжения».
5. Лекционно-практическое занятие на тему «Роль психологической установки в жизни человека».