

Практико-ориентированный семинар
«Выполнение, защита индивидуальных проектов с учетом
вариативности образовательных запросов обучающихся Формирование
компетенций, необходимых в будущей профессии»

Место проведения МБОУ СОШ №12 имени Маршала Жукова

Дата проведения: 20 апреля 2023 года в 15-00

Современный учитель организует процесс обучения так, чтобы у школьников была мотивация к учению, развивалось мышление, воображение. Педагог помогает формировать творческие способности, устойчивый познавательный интерес, поэтому школьники смогут без труда адаптироваться к социальной жизни, научиться находить выходы из сложных ситуаций и хорошо ориентироваться в выборе профессии.

Сегодня современные методы предъявляют такие требования как - умение брать на себя ответственность, делать выбор, быть компетентным и самостоятельным.

Формы, методы и средства освоения программы для профильных психолого-педагогических классов подбираются с учетом достижения тех или иных результатов, формирования тех или иных профессионально-педагогических компетенций.

Практико-ориентированные Проекты профильной ориентации, направлены на овладение практическими навыками, умениями, которые потребуются непосредственно в дальнейшей трудовой деятельности в той или иной сфере. Суть всего вышесказанного заключается в том, что обучение должно строиться на осознанном восприятии теории и воплощении ее в практические навыки.

Семинар проводится для педагогов, работающих в социально и психолого-педагогических классах, с целью повышения педагогических компетенций, повышения эффективности работы и распространения успешного педагогического опыта работы в профильных и психолого-педагогических классах.

Практико-ориентированный семинар исполняет информационную, консультационную, практическую функцию.

Задачи:

-ознакомление педагогов школ с деятельностью коллег результатом, которой является разработка, реализация и защита собственных проектов обучающимися с учетом соблюдения вариативности образовательных запросов, посредством межпредметных связей курсов «Основы педагогики и психологии» и «Индивидуальный проект»;

-выполнение практической части.

Программа семинара:

1. «Выполнение, защита индивидуальных проектов с учетом вариативности образовательных запросов обучающихся Формирование компетенций, необходимых в будущей профессии», Красушкина Анна Викторовна (учитель русского языка и литературы МАОУ СОШ № 12 им Маршала Жукова);
2. Вопросы для обсуждения;
3. Презентация проекта;
4. Практическая часть.

Материалы семинара (Приложение 1,2,3).

Анкета участника семинара (Приложение 4).

Красушкина А.В., к.филол. н., учитель русского языка и литературы МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова муниципального образования город-курорт Геленджик

Наставник

Лозовая О.Н., учитель русского языка и литературы высшей категории МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова муниципального образования город-курорт Геленджик

Выполнение, защита индивидуальных проектов с учётом вариативности образовательных запросов обучающихся. Формирование компетенций, необходимых в будущей профессии

Введение профильного обучения учащихся в общеобразовательных учреждениях с целью создания системы специализированной подготовки (профильного обучения) учащихся в старших классах общеобразовательной школы, апробации нового содержания и форм организации учебного процесса с учетом потребностей рынка труда и обеспечения сознательного выбора учащимися будущей профессии [1], поступательно осуществляемое в Российской Федерации с 2003 года, давно перешло из разряда экспериментальной деятельности в разряд деятельности текущей. Однако деятельность по организации и сопровождению идеи профилизации обучения в школе до настоящего времени является инновационной в силу продолжающихся на уровне всей системы образования и отдельных учреждений поисков эффективных практик, методик создания системы всесторонней поддержки школьников, содействующей их самоопределению по завершении основного общего образования.

Сегодня администрация и педагоги образовательных учреждений разрабатывают и внедряют в работу учреждений образовательные программы по различным направлениям профильной ориентации в соответствии с положениями Концепции профильного обучения на старшей ступени общего образования, в которой отмечено, что реализация идеи профилизации обучения подразумевает психолого-педагогическую поддержку учащихся в совершении ими ответственного выбора – предварительного самоопределения в направлении будущей профессиональной деятельности, проектировании ими продолжения обучения в учреждениях среднего профессионального образования и высшего образования [2], а это значит, что реализовать концепцию без учета принципа индивидуализации обучения невозможно.

Программы профильной социально-педагогической направленности реализуются в МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова города-курорта Геленджик с 2015 года. За это время программу освоили 78 человек, но продолжили обучение в педагогических вузах и ссузах менее 35%. В последние годы на организацию профильного обучения государство, муниципалитет и школа направляют много ресурсов, и мы считаем, что эти усилия должны быть соразмерны результату. В мае 2022 года, в преддверии Года педагога и наставника на базе нашей школы открылась муниципальная инновационная площадки «Инновационные технологии открытого образования в системе профильного психолого-педагогического обучения в МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова». В рамках площадки большая роль отведена использованию тьюторского подхода как основы для системной разработки и реализации обучающимися в профильных классах индивидуальной образовательной программы.

С целью эффективной реализации ориентиров современных ФГОС и активизации у старшеклассников процессов личностного, жизненного и профессионального самоопределения реализуемая в учреждении программа «Основы педагогики и психологии» для обучающихся 10-11 психолого-педагогических классов опирается на инновационный и системно-деятельностный подход к организации образовательного процесса и базируется на принципах гуманизации образования, технологичности, единства теории и практики, системности, интеграции, нормативности и вариативности, определяющих отбор содержания, форм и методов организации образовательного процесса и отвечающих требованиям Федерального государственного стандарта среднего (общего) образования и Профессионального стандарта педагога. В то же время предлагаемые формы и методы освоения программного содержания курса и рассматриваемые в ходе курса вопросы в известной степени превышают стандарты, ориентируясь на стремительно меняющуюся педагогическую профессию и интересы современных школьников.

Формы, методы и средства освоения программы для профильного психолого-педагогического класса подбираются с учетом достижения тех или иных результатов, формирования тех или иных профессионально-педагогических компетенций [3]. Особая роль отведена межпредметным и метапредметным связям, отбору форм и методов работы, которые позволяют одновременно двигаться вперед к достижению разных результатов, или развивать сразу несколько компетенций. Данный доклад посвящен выполнению индивидуальных проектов обучающихся, с другими формами работы с педклассом в рамках инновационной площадки можно ознакомиться в публикациях педагогов МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова [4].

В рамках программы соблюдение вариативности образовательных запросов обучающихся как одного из основополагающих принципов и направлений развития современной системы образования в РФ достигается за счет межпредметных связей курса «Основы педагогики и психологии» с

курсом «Индивидуальный проект», который осваивается обучающимися в 9 и 10 классах и результатом которого является разработка, реализация и защита их собственных проектов. В 2022-2023 году из 18 обучающихся 10-ого психолого-педагогического класса МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова 12 человек (67%) выбрали для реализации образовательные проекты.

В ходе реализации проектов обучающимися были созданы методические материалы: конспекты уроков и консультаций, презентации, обучающие игры, сценарии квестов, памятки, проведены мастер-классы, уроки, разработаны диагностические комплексы, обработаны данные диагностик. Среди предметных областей, в которых работали ребята, - биология, информатика, психология, технология, английский язык и физическая культура, поэтому кроме руководителя проектной деятельности у каждой работы был консультант, в роли которого выступал учитель-предметник. Взаимодействие обучающихся с руководителем проекта и консультантом в ходе освоения курса и реализации проектов продолжалось более полугода, что позволило погрузить обучающихся психолого-педагогического класса в текущую деятельность педагога, показать им порой невидимые стороны работы учителя: целеполагание, отбор инструментария, разработку и оформление методических материалов, рефлексию и др.

В таблице представлены темы и результаты защиты индивидуальных проектов обучающихся 10А психолого-педагогического класса.

ФИО	Тема	Тип проекта	Область	Оценка (защита/курс)
Ученик 1	Классный час в 9 классе «Правила этикета в Англии и России»	Образовательный, исследовательский	Педагогика, биология, физкультура	5/5
Ученик 2	Создание мультфильма: руководство для новичка	Образовательный, исследовательский, прикладной	Информатика, медиаторство, педагогика	3/4
Ученик 3	Занимательный урок для учеников 10 класса «Как научиться играть на укулеле»	Исследовательский, образовательный	Литература, дизайн, психология	5/5
Ученик 4	Мастер-класс для учеников 8 класса «Модная сумка-шопер своими руками»	Образовательный, прикладной	Дизайн, технология, педагогика	4/4
Ученик 5	Занимательный урок английского языка в 6 классе на тему «Символы и традиции»	Образовательный, исследовательский	Английский язык, педагогика	5/5

	англоязычных стран»			
Ученик 6	Урок здоровья в 6 классе «Правильное питание в жизни подростка»	Исследовательский, образовательный	Биология, педагогика	4/4
Ученик 7	Урок здоровья в 10 классе на тему «Интернет-зависимость: миф или реальность» в 9 классе	Исследовательский, образовательный	Биология, психология, педагогика	3/4
Ученик 8	Литературный квест для старшеклассников «Тайна кабинета без номера»	Исследовательский, образовательный	Литература, дизайн, педагогика	5/5
Ученик 9	Мастер-класс по баскетболу для учащихся 10 класса	Образовательный	Физкультура, педагогика	3/4
Ученик 10	Исследование уровня тревожности у учеников 10 класса	Исследовательский, образовательный	Психология	5/5
Ученик 11	Мастер-класс для обучающихся 10 класса по созданию музыки на компьютере	Исследовательский, образовательный	Информатика, медиатворчество, педагогика	3/4
Ученик 12	Классный час для учеников 10 класса «Искусственный интеллект в жизни человека»	Исследовательский, образовательный	Информатика	5/5

12 обучающихся (100%) реализовали проект и защитили его успешно, 6 обучающихся (50%) получили за защиту проекта и курс в целом оценку «отлично», 2 ученика (17%) – оценку «хорошо», 4 обучающихся (34%) справились с защитой удовлетворительно, но за курс «Индивидуальный проект» получили оценку «хорошо». Кроме того, 6 проектов обучающихся были направлены на конкурс проектов школьников «Эврика», по итогам муниципального этапа которого 3 проекта стали призерами. Один проект стал победителем муниципального и регионального этапов конкурса «Созвездие».

Поскольку авторы программы, реализуемой в рамках инновационной площадки, основывались на компетентностном подходе к предполагаемым результатам освоения курса, полученные данные были проанализированы нами с точки зрения формирования у обучающихся профильного психолого-педагогического класса профессионально-педагогических компетенций

компетенций: *личностных* (в первую очередь, готовность и способность к осознанному выбору будущей профессии, сформированность ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, *метапредметных*(овладение универсальными учебными действиями; самостоятельность в осуществлении учебной деятельности, сотрудничество со всеми участниками образовательного процесса и др.) и *предметных*(представления о миссии, роли, содержании педагогической профессии, сущности, структуре, специфике педагогической деятельности).

Выбор для реализации проектов образовательной направленности, на наш взгляд, свидетельствует о сформированности личностных компетенций у 67% обучающихся.

Непосредственное проведение образовательных мероприятий со сверстниками и младшими школьниками как практическая готовность к профессионально-педагогической деятельности (метапредметные результаты) наблюдается у всех обучающихся (100%).

Успешная защита проекта и положительные оценки за курс «Индивидуальный проект» свидетельствуют о сформированности предметных компетенций у 100% обучающихся.

Таким образом, можно говорить о том, что взаимодействие двух учебных курсов – «Основы педагогики и психологии» и «Индивидуальный проект» - с привлечением технологий тьюторства и наставничества не только реализует принцип вариативности образовательных траекторий, но обеспечивает высокий уровень эффективности при формировании у обучающихся профильного класса профессиональных педагогических компетенций.

Деятельность педагогов и администрации МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова в рамках муниципальной инновационной площадки является экспериментальной. Находясь в самом начале пути, мы стараемся обеспечить максимальную открытость процесса и первых результатов для того, чтобы совместно с профессиональным сообществом осмыслить целесообразность применяемых инновационных технологий, тем самым, повышая эффективность работы и распространяя успешный педагогический опыт работы с профильным психолого-педагогическим классом.

Практическое задание

Вам поступил запрос от обучающегося 10 психолого-педагогического класса по формулировке темы индивидуального проекта в определенной предметной области. Предложите несколько тем для практикоориентированных проектов, в рамках разработки которых он сможет повысить свои педагогические компетенции.

Запрос	Темы
Пример «Мне нравится биология, считаю важным решение современных»	Экологический урок для учеников 4 класса «Зачем разделять отходы»

<p>экологических проблем, хотелось бы вовлечь в это учеников младших классов»</p>	<p>Экологический квест для учеников начальной школы «Разделяю - помогаю».</p> <p>Создание школьной экоточки для раздельного сбора отходов.</p>
<p>«Очень люблю читать и рисовать, увлекаюсь комиксами. К сожалению, многие дети сегодня не читают, мне кажется, что комиксы могут им помочь познакомиться с литературными произведениями и полюбить чтение»</p>	
<p>«Изучаю английский язык на одном известном сайте, где встречаю интересные упражнения, связанные с музыкой, кино, хотелось бы показать их одноклассникам, которым не даются иностранные языки»</p>	
<p>«Во время дежурства по столовой обратил внимание, что дети оставляют много еды на тарелках, выкидывают целые порции. Я уделяю много внимания здоровому питанию, потому что знаю, как это влияет на здоровье, и хотел бы донести это до детей.</p>	
<p>«С детства занимаюсь плаванием, хотел бы рассказать о пользе этого вида спорта, поделиться своими знаниями и навыками с учениками младших классов»</p>	

Литература

1. Рекомендации по организации предпрофильной подготовки учащихся основной школы в рамках эксперимента по введению профильного обучения учащихся в общеобразовательных учреждениях на 2003/04 учебный год. Приложение к письму Минобразования России от 20 августа 2003 года N 03-51-157ин/13-03 / Эл.ресурс: Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов «Кодекс». Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/901884926>. Дата обращения 31.03.2022.
2. PISA 2015 (Programme for International Student Assessment). Эл.ресурс: <http://www.compareyourcountry.org/pisa/country/rus?lg=en>. Дата обращения: 25.03. 2022.
3. Тупичкина Е.А. Профессиональная компетентность педагога. Эл. ресурс: <https://ppt-online.org/embed/282729> Дата обращения: 10.02.2023.
4. Красушкина А.В., Турецкая Е.Л. [Тренд-сессия как форма реализации компетентного подхода наставника-тьютора в работе с профильным психолого-педагогическим классом / PRO.Наставничество: Материалы очно-дистанционной педагогической конференции «PRO.Наставничество» \(Геленджик, 21 июня 2023 г\). – Краснодар: ГБОУ ДПО «Институт развития образования» Краснодарского края. Краснодар. 2023.– 132 с. - С. 70-76.](#)

Краснодарский край

Город-курорт Геленджик

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №12 имени Маршала Жукова муниципального
образования город-курорт Геленджик

Конкурс исследовательских проектов школьников «Эврика»

Секция «Психология»

**ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ
СТАРШИХ КЛАССОВ**

Автор: ученица 10А

МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова

Остроухова Дарья Геннадьевна

Руководитель: к.филол.н.,

учитель русского языка и литературы,

Красушкина Анна Викторовна

с. Дивноморское, 2023 год

ОСТРОУХОВА Дарья Геннадьевна

Краснодарский край, город-курорт Геленджик, село Дивноморское
МАОУ средняя общеобразовательная школа № 12 имени Маршала Жукова
муниципального образования город-курорт Геленджик, 10 А класс

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ

*Научный руководитель: Красушкина Анна Викторовна, к.филол.н., учитель
русского языка и литературы МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова город-
курорт Геленджик, село Дивноморское*

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ

Аннотация

Статья посвящена ходу и результатам исследования уровня тревожности учеников 10 класса средней школы. Для реализации цели исследования автор изучает понятие тревожности, причины ее возникновения и методики диагностирования. Проблема тревожности является актуальной для данной возрастной категории по разным причинам, но предметом особого внимания автора становятся планы подростков на продолжение обучения после школы, поэтому для рисуночного теста выбрана тема «Я в университете». Рисуночный тест, использованный в комплексе с диагностикой тревожности М.А. Прихожан, дает вполне объективные результаты, которые могут быть использованы в работе школьного психолога, классного руководителя и учителя-предметника.

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ

Одной из актуальных проблем в современной психологии является проблема тревожности. В настоящее время выпускники старших классов

подвержены тревожности, поскольку впереди на жизненном пути их ждет поступление в высшее учебное заведение, выбор профессии, смена окружающих обстоятельств. Многие тяжело проходят данный этап и нуждаются в помощи. Кроме того, важно заранее обращать внимание на психологическое состояние выпускника, поэтому **целью** нашего исследования стало выявление уровня тревожности у учеников 10 класса и при необходимости провести корректирующие мероприятия.

Для достижения цели мы реализуем несколько **задач**:

1. Дадим определение тревожности и исследуем сущность данного понятия;
2. Исследуем методы выявления тревожности
3. Дадим характеристику ученика старших классов средней школы;
4. Разработаем диагностический комплекс для выявления уровня тревожности учеников 10 класса;
5. Проведем диагностику и проанализируем результаты;
6. При необходимости мы разработаем корректирующие мероприятия или рекомендации для ребят.

Одной из актуальных проблем в современной психологии является проблема тревожности. Изучение тревожности у человека на разных этапах его развития помогает раскрыть сущность этого явления, изучить возрастные закономерности развития мотивационной и эмоциональной сфер личности. Первым понятие «тревожность» выдвинул и ввел в научный оборот австрийский психолог Зигмунд Фрейд, сравнивая его с готовностью индивида к опасности: повышенное «...сенсорное внимание и моторное напряжение, а также неприятное эмоциональное переживание, являющееся сигналом антиципируемой опасности» [1, с.13]. Первоначально тревожность учеными трактовался как «боязливость», «страх», «тревога». В наши дни однозначного взгляда на понятие тревожности не выработано: его часто рассматривают как характеристику эмоционально-чувственной сферы субъекта, как состояние напряженности

или как свойство личности.

Российский психолог А. М. Прихожан сравнивает тревожность с тревогой, считает, что последняя ощущается как напряжение, беспокойство, чувство неопределенности, беспомощности, незащищенности, одиночества и т. п. [6, с.38]. Ученый тревожность объясняет как «...переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности». С этих позиций ученый различает тревогу — эмоциональное состояние и тревожность — устойчивое свойство личности или темперамента [2].

Что такое повышенная тревожность, каковы ее причины, симптомы и как избавиться от нее? Тревожность — эмоциональное переживание, связанное с чувством опасности, чрезмерного беспокойства и страха. Стоит отметить, что высокая степень тревожности может носить ситуативный характер, а может быть присуща личности человека.

Повышенный уровень тревожности личности — это склонность человека испытывать тревогу, основанная на его собственных индивидуальных чертах.

Проблема тревожности активно изучалась во второй середине 20 века, тогда же создавались и методики исследования критериев тревоги. Как уже было сказано ранее, первой попыткой выявления критериев тревожности стал тест Дж. Тейлора - MAS. В дальнейшем этим занялись Г. Цукерман в 1960, Хоулис, Р.Кеттел и И.Шейер в 1961 году. Все они предоставили миру тесты-опросники, главной задачей которых было выявление компонентов состояния тревоги. Эмпирические методы собирались посредством самооценки и самоанализа. Среди предложенных методов вычисления тревожности очень большую популярность приобрело творение Ч.Д.Спилберга в 1970 году — «Шкала реактивной (личностной) тревожности», где студенту предоставляется возможность выбрать его состояние на данный момент. Данную методику для более корректного вывода уровня тревожности предоставляют студентам трижды: до

экзаменационной сессии, непосредственно до экзамена и после него [3].

Тревожность в психологии не всегда расценивается как отрицательное явление. Будучи сигналом об опасности, тревожность приводит к мобилизации сил для противостояния негативной ситуации. Именно поэтому определенный уровень тревожности, по мнению психологов, необходим для адаптации человека к действительности.

Методы, которые применяются для определения уровня тревожности и корректирующей работы с ней:

1. Беседа - применяется в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений студентов.
2. Тренинг - основан на применении ряда психокоррекционных и психотерапевтических приемов.
3. Игротерапия - метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у студентов, где в основе лежит игра.
4. Арттерапия - здесь участвует художественное творчество.
5. Релаксация - снятие психического напряжения, способ борьбы со стрессом.
6. Групповая дискуссия - обсуждение студентами волнующих их вопросов, рассмотрение их с разных точек зрения.
7. Ролевые игры - создание или воспроизведение ситуаций, как выдуманных, так и реальных, где показаны действия других людей и отношения между ними [4].

Обратим более подробное внимание на такой метод определения тревожности, как рисуночный тест. Применение рисуночных тестов для выявления личностных особенностей человека основано на принципе проекции, т.е. на вынесении вовне своих переживаний, представлений, стремлений и т.п. Рисуя тот или иной объект, человек невольно, а иногда и сознательно передает свое отношение к нему. Вряд ли он забудет нарисовать то, что кажется ему наиболее важным и значимым, а вот тому, что он считает второстепенным, будет уделено гораздо меньше внимания. Если какая-то тема его особенно волнует, то при ее изображении проявятся признаки

тревоги. Рисунок - это всегда какое-то сообщение, зашифрованное в образах.

Как и прочие проективные тесты, рисуночные методики очень информативны, т. е. позволяют выявить множество психологических особенностей человека. При этом они просты в проведении, занимают немного времени и не требуют никаких специальных материалов, кроме карандаша и бумаги.

В отличие от большинства других тестов, рисуночные методики могут проводиться многократно и сколь угодно часто, не утрачивая своего диагностического значения.

Для проведения данных тестов. Как правило, используются простые и цветные карандаши. Каждый тест выполняют на отдельном листе нелинованной бумаги. Желательно использовать лист формата А4 (21 x 30 см), но допустим и меньший формат. Инструкцию к каждому тесту перед началом рисования нужно воспроизводить дословно, без видоизменений и дополнений. По окончании рисования выражают одобрение, независимо от достигнутого результата. Затем полезно обсудить с ребенком получившийся рисунок. Беседа, в отличие от инструкции, должна проходить в свободной форме. Возможно видоизменение вопросов и введение дополнительных.

Разумеется, рисуночные методы не лишены недостатков. Главный из них - относительно низкая надежность получаемых результатов, связанная с субъективностью интерпретации. В отличие от более формализованных тестов, таких как тесты интеллекта или личностные опросники, рисуночные тесты, как правило, не позволяют количественно измерить оцениваемые психические свойства. Термины, в которых проводится интерпретация рисунков, обычно лишены строгости и однозначности, которая характерна для формализованных тестов. Из-за этого трудно научными методами подтвердить надежность и валидность рисуночных методик [5].

Приступая к практической части нашего исследования, мы определили, что в подростковом возрасте проблема тревожности становится очень острой. Это обусловлено возрастными психологическими особенностями подростка.

Учащиеся стремятся к самоактуализации, критически осмысливают окружающий их мир. Становление образа Я и «внутренней позиции» личности подростка также являются основанием для развития у него тревожности. Для старшего подростка ситуация дискомфорта — частое явление, его эмоциональная сфера остро реагирует на это переживаниями, формирующими тревожность, которая может со временем в структуре личности закрепиться как устойчивая характеристика. Подростку, имеющему тревожность, присуща неадекватная самооценка: она может быть заниженной, завышенной, но всегда противоречивой, конфликтной. Такие школьники, как правило, неуверенны, даже боязливы, малоинициативны, общаются с трудом, не имеют интереса к учебе, самореализация у них минимальна. Тревожные подростки находятся в постоянном напряжении, предполагая, что им постоянно что-то угрожает, они часто инфантильны и внушаемы.

Причин для возникновения ситуативной тревожности у школьников старших классов достаточно много, и они разнообразны, но чаще всего они связаны с учебной деятельностью. Так, у старшеклассников причиной ситуативной тревожности может быть негативное взаимодействие с учителями, одноклассниками, завышенные требования родителей, высокая учебная или другая нагрузка, неуспешность, в том числе эпизодическая. Не вызывает сомнения, что предстоящий единый государственный экзамен у учащихся старших классов заставляет их беспокоиться и переживать. Это объясняется значимостью результатов экзаменов в дальнейшей жизни школьников и самой процедурой прохождения экзамена. Ученые, изучая риски единого государственного экзамена для здоровья старшеклассников, называют те проблемы, с которыми им приходится сталкиваться во время проведения выпускных экзаменов: — трудности учебного характера: имеющиеся у школьников пробелы в знаниях, необходимость изучения учебного материала, необходимого для сдачи экзаменов, выработка умения выполнять тестовые задания; — ограничение времени для подготовки к

экзаменам: потребность в её рациональной организации; — трудности информационного характера: потребность в информации о порядке и правилах проведения экзамена; — психологические трудности: индивидуальные особенности школьников — склонность к тревоге в ситуации экзамена, страх не оправдать ожидания родителей, неуверенность в себе и т. п. Как правило, неопределённость возможных результатов экзаменов у большинства старшеклассников вызывает повышенную тревожность. В связи с чем вопросы профилактики тревожности и психологической помощи в период сдачи экзаменов являются первостепенными.

<https://moluch.ru/archive/382/84259/>

На следующем этапе исследования была определена методика выявления уровня тревожности у учеников 10 класса. Для этого мы проконсультировались со школьным психологом МАОУ СОШ №12 Никифоровой Юлией Борисовной и, по ее совету, использовали

1. Тест на определение тревожности А.М. Прихожан [6, с. 120-126]
2. Рисуночный тест «Я в университете» (мы использовали метод «Красивый рисунок», адаптировав его к задачам нашего исследования) [7, с.36].

Проведение диагностики было организовано на классном часе в 10 А классе МАОУ СОШ №12 имени Маршала Жукова 2 марта 2023 года и предварялось расслабляющими играми «Три слова о себе» и «Три слова о однокласснике», которые позволили создать благоприятную атмосферу и настроить учащихся на работу с анкетой и рисунком. Присутствовало 14 человек. Детям не сообщалась истинная цель исследования, для них мы сформулировали ее как «Исследование личностных особенностей старшеклассников». Сначала ребятам были выданы опросники А.М. Прихожан, включающие 40 вопросов. На слайд мы вывели инструкцию для прохождения тестирования.

Инструкция: Ниже приведены утверждения, которые люди используют для того, чтобы рассказать о себе. Прочти внимательно каждое предложение и обведи кружком одну из цифр, расположенных справа, в зависимости от того, каково твое обычное состояние на уроках в школе, как ты обычно чувствуешь себя там. Правильных или неправильных ответов здесь нет. Не трать много времени на одно предложение, но постарайся как можно точнее ответить, как ты себя обычно чувствуешь. Что означает каждая цифра, написано вверху страницы [6, с. 120-156].

После сбора анкет детям были предложены чистые листы бумаги формата А4, цветные карандаши и фломастеры. Тема рисунка была представлена на слайде: «Я в университете».

Оценка опросников М.А. Прихожан проводится по предложенным ею шкалам:

Школьная тревожность

Самооценочная тревожность

Межличностная тревожность

Магическая тревожность

Однако в рамках данного исследования мы определяли только общую тревожность. Оценка результатов производилась также по рекомендациям автора методики - М.А. Прихожан согласно возрастной категории и полу опрошенных (Таблица 1).

Таблица 1 Определение уровня тревожности по методике М.А.

Прихожан

Шкала	Уровень	Половозрастные группы, интервал значений					
		10–11 лет		12–14 лет		15–16 лет	
		Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Юн.
Тревожность	Высокий	27–40	24–40	25–40	26–40	25–40	23–40
	Средний	20–26	17–23	19–24	19–25	17–24	16–22
	Низкий	10–19	10–16	10–18	10–18	10–16	10–15

Оценка рисунков производилась по следующим тестовым показателям в баллах:

1. Нажим карандаша
2. Значение линий и штриховки
3. Расположение рисунка, пропорции деталей
4. Дополнительные характеристики при интерпретации рисунка (отказ от работы, очень маленькое изображение деталей, чрезмерное количество деталей, человек с открытым большим ртом, большие, крупные, черные, выделенные на общем фоне глаз, ноги, нарисованные как бы повисшими в воздухе, не имеющими опоры, изображение больших рта, губ у себя, использование темных и черных тонов, облака, и особенно тучи, предпочтение красных тонов в рисунке) [7].

Отметим, что все ребята охотно ответили на вопросы теста и нарисовали рисунки, хотя многие сначала затруднялись представить себя в университете. Большинство рисунков выполнено в цвете, на них изображены люди, здания, учебные аудитории и учебные принадлежности, что говорит о понимании учащимися того, что такие университет и зачем они туда поступают.

Оценка результатов производилась в соответствии с таблицей 2.

Таблица 2. Оценка результатов рисуночного теста «Я в университете»

Баллы	Уровень тревожности
Более 11 баллов	Повышенный уровень тревожности
6-10 баллов	Средний уровень тревожности
Менее 5 баллов	Низкий уровень тревожности

В таблицах представлены результаты оценки анкет и рисунков учеников 10 класса.

Таблица 3 Уровень тревожности учеников 10 А класса по методике М.А.

Прихожан

№ участника	пол	Балл	Уровень тревожности
1	м	10	Низкий

2	ж	12	Низкий
3	ж	14	Низкий
4	м	27	Высокий
5	ж	15	Низкий
6	м	21	Средний
7	м	18	Средний
8	ж	15	Низкий
9	ж	20	Средний
10	м	19	Средний
11	м	19	Средний
12	ж	17	Средний
13	м	21	Средний
14	ж	18	Средний

Таблица 4 Уровень тревожности учеников 10 А класса по интерпретации
 рисуночного теста «Я в университете»

№ участника	пол	Балл	Уровень тревожности
1	м	4	Низкий
2	ж	5	Низкий
3	ж	6	Низкий
4	м	13	Высокий
5	ж	5	Низкий
6	м	10	Средний
7	м	10	Средний
8	ж	5	Низкий
9	ж	10	Средний
10	м	10	Средний
11	м	7	Средний

12	ж	8	Средний
13	м	9	Средний
14	ж	9	Средний

По результатам двух тестов, мы определили, что большинство учеников 10 «А» класса имеет средний уровень тревожности – 9 человек по методике М.А. Прихожан и 9 человек по рисуночному тесту. Низкий уровень тревожности у 4 человек и только у одного опрошенного по итогам оценки двух методик выявлен высокий уровень тревожности.

Средний уровень тревожности рассматривается психологами как необходимый для эффективного приспособления к действительности (адаптивная, конструктивная тревожность), а ученики 10 класса являются достаточно новым коллективом, собранным из разных классов и школ, поэтому адаптивная и ситуативная тревожность может у них присутствовать.

Поскольку высокий уровень тревожности не характерен для данного коллектива, мы отложили проведение коллективного корректирующего мероприятия и решили подготовить для учащихся памятки «Как бороться с тревожностью», которые раздали детям и повесили в классном уголке. По поводу ученика, у которого был выявлен высокий уровень тревожности, мы проконсультировались с школьным психологом и передали ему данные опроса и рисунок для индивидуальной работы.

Итак, все задачи реализованы, цель исследования достигнута. В дальнейшем мы планируем продолжить работу с данным коллективом и в начале 11 класса провести тестирование тревожности по всем четырем шкалам методики М.А. Прихожан, а также повторить рисуночный тест «Я в университете». Кроме того мы планируем сопоставить результаты двух замеров по каждому обучающемуся. Это позволит нам увидеть положительную или отрицательную динамику тревожности как по классу, так и отдельно по каждому ребенку и совместно с классным руководителем и психологом предпринять меры по ее оптимизации.

Список использованной литературы

1. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. Спб: Питер, 2007.
2. Петрова А.И. Профилактика тревожности у старшеклассников в период подготовки к Единому государственному экзамену / «Молодой ученый», №40 (382), октябрь 2021 года, с.168-171. Эл. ресурс. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/382/84259/> Дата обращения 22.02.2023
3. Повышенная тревожность: причины. Эл. ресурс. Режим доступа: <https://xn--h1ahbbfbms.xn--p1ai/useful-information/povyshennaya-trevozhnost-prichiny/> Дата обращения 27.02.2023
4. Ткаченко А.А. и др. Исследования уровня тревожности в период экзаменационной сессии // Международный студенческий научный вестник. – 2020. – № 1. Эл. ресурс. Режим доступа: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=19871> Дата обращения 27.02.2023
5. Тревожность ребенка-дошкольника в рисуночных тестах / Эл. ресурс. Режим доступа: <https://infourok.ru/trevozhnost-rebenkadoshkolnika-v-risunochnih-testah-986745.html> Дата обращения 28.02.2023
6. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000.
7. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 160 с: ил.

Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 160 с: ил.
https://pedlib.ru/Books/3/0023/3_0023-3.shtml

Мы использовали метод «КРАСИВЫЙ РИСУНОК»

Тест направлен на выявление эмоциональных особенностей человека. Цветовая гамма, используемая обследуемым, в значительно большей мере, чем черно-белый рисунок, характеризует его эмоциональное состояние. Тест доступен для детей с трехлетнего возраста.

Проведение тестирования. Лист бумаги кладут перед обследуемым горизонтально. Инструкция: «Нарисуйте цветными карандашами какой-нибудь красивый рисунок – какой захотите». Во время рисования следует отмечать в протоколе последовательность использования обследуемым разных цветов»

Тестовые показатели (показатели психомоторного тонуса)

1. Нажим карандаша (выбрать один показатель)

Сила нажима	Значение	Балл
Слабый нажим	низкая самооценка, иногда пассивность; астения, иногда депрессия.	1 б
Сильный нажим	высокая самооценка, иногда импульсивность, эмоциональная напряженность.	2 б
Очень сильный нажим (карандаш рвет бумагу)	– гиперактивность, агрессивность. Сильный нажим может сигнализировать о высокой конфликтности, агрессивности. Иногда он служит проявлением острой стрессовой реакции.	3 б
Изменчивый нажим	показатель эмоциональной неустойчивости ребенка	4 б

2. Значение линий и штриховки (выбрать один показатель)

Характеристика линий	Значение	Балл
Широкие штрихи или мазки, масштабность изображения, отсутствие предварительных набросков и дорисовок	говорят об уверенности и решительности автора рисунка.	1 б
Неустойчивое, смазанное изображение, содержащее множество отчетливых пересекающихся линий	свидетельствует о повышенной возбудимости и гиперактивности ребенка	2 б.
Линии, не доведенные до конца	указывают на импульсивность, эмоциональную неустойчивость	3 б.
Штриховка, выходящая за контуры фигуры	показатель эмоциональной напряженности ребенка	4 б

3. Расположение рисунка, пропорции деталей (выбрать несколько показателей)

Характеристика	Значение	Балл
Фигура ребенка одинока, вокруг много свободного пространства	Одиночество, неуверенность в себе, тревога	1 б.
Фигура ребенка расположена внизу листа	Заниженная самооценка, неуверенность, тревога	1 б.
Несоблюдение пропорций	Заниженная самооценка, неуверенность, тревога	1 б.
Много однотипных, повторяющихся элементов	Желание снизить тревожность через повторение знакомого, ритуалы	1 б.

4. Дополнительные характеристики при интерпретации (выбрать несколько показателей)

Характеристика	Значение	Балл
Чрезмерное количество деталей	скрытое беспокойство	1 б.
Очень маленькое изображение деталей	признак тревоги, депрессии, подавленности	1 б.
Человек с открытым большим ртом	источник угрозы	1 б.
Большие, крупные, черные, выделенные на общем фоне глаза	страх	1 б.
Ноги, нарисованные как бы повисшими в воздухе, не имеющими опоры	Человек, по мнению ребенка, не имеет самостоятельной опоры в жизни	1 б.
Если ребенок отказывается рисовать	Ожидание неприятностей от университета	1 б.
Изображение больших рта, губ у себя	признак скрытой агрессии	1 б.
Облака, и особенно тучи	признаком отрицательных эмоций у ребенка	1 б.
Использование темные и черные тона	Пессимизм, тревога	1 б.
Предпочтение красных тонов в рисунке	Говорит об эмоциональной напряженности ребенка	1 б.

Оценка результатов

Баллы	Уровень тревожности
Более 11 баллов	Повышенный уровень тревожности
6-10 баллов	Средний уровень тревожности
Менее 5 баллов	Низкий уровень тревожности

На примере одного рисунка

ТРЕВОГА, ТРЕВОЖНОСТЬ, СТРАХИ

На рис. 26 ослаблен нажим на карандаш и минимизировано количество деталей, как и на рис. 25, хотя и не в такой степени. Это говорит о том, что у Ивана, как и у Екатерины, имеется астения. Однако более характерная особенность его рисунка – штриховая линия, которая

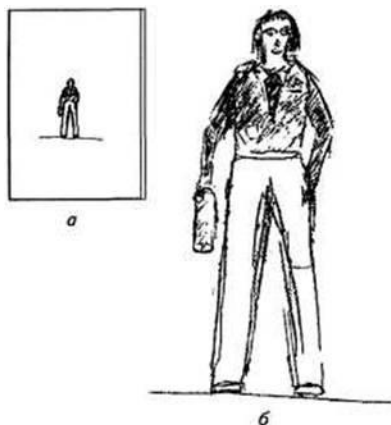


Рис. 27. Выполнен Димой К., 16 л. 2 мес. Тревожность; тревога; ригидность (а – общий вид; б – фигура человека)

выглядит как бы составленной из коротких кусочков. Она идет не от одной значащей точки к другой, а многократно «останавливается по дороге». Это происходит из-за опасения попасть не туда, куда требуется. Проводя линию, ребенок многократно прерывает действие, чтобы проверить и скорректировать результат. В итоге точность линий не повышается, а, напротив, понижается, так как такой тревожный гиперконтроль нарушает нормальное выполнение целостного действия. Подобный

О тревожности и сниженной самооценке говорят также многочисленные негативные самооценочные высказывания Ивана до начала рисования и в его процессе. Мальчик неоднократно сообщал, что не умеет рисовать, что у него ничего не выйдет, что получается плохо, криво, «не похоже» и т.п.

Высокая тревожность в сочетании с проявлениями астении позволяет говорить о психастенической акцентуации. Выводы о психологическом состоянии Ивана, сделанные на основе рисунка человека, были подтверждены и другими данными психологического исследования. Таким образом, жалобы на учебные трудности (особенно – на неудачи при выполнении ответственных заданий, контрольных работ) нашли свое объяснение в том, что у мальчика существенно повышена тревожность на фоне общей астенизации. В когнитивной сфере проблемы отсутствовали. С Иваном была проведена психокоррекционная работа, направленная на снижение тревожности, повышение самооценки и уверенности в себе. В сочетании с организацией рационального режима жизни для преодоления астении и с общеукрепляющим лечением, назначенным невропатологом, это привело к значительному повышению учебных достижений.

Анкета

участника семинара «выполнение, защита индивидуальных проектов с учетом вариативности образовательных запросов обучающихся Формирование компетенций, необходимых в будущей профессии»

Дата проведения:20.04.2023 года

Место проведения: МАОУ СОШ №12 им. Маршала Жукова

1. Вы довольны участием в семинаре?

-Да

-Нет.

2. На сколько семинар был полезным для Вашей работы?

- полезным, для моей работы;

-бесполезным.

3. Оцените организацию семинара

-хорошая организация

-плохая организация.

4. Оцените методическую обеспеченность мероприятия

-достаточная

-недостаточная.

5. Какой материал, или какую тему хотели услышать.

6. Каким опытом хотели поделиться с коллегами.

Спасибо за участие и активность!