

Психологическое сопровождение одаренных детей при подготовке к предметным олимпиадам

Говор Татьяна Николаевна,
педагог-психолог,

Средняя школа № 13 г. Жлобина

Проблема обучения и воспитания одаренных детей приобрела особое значение для каждого образовательного учреждения. Ведь не секрет, что рейтинг школы зависит, в том числе, и от количества призеров предметных олимпиад различного уровня. При обучении в школе именно олимпиады по различным предметам позволяют учащимся более полно «раскрыть» свою одаренность, а педагогам дают возможность к самосовершенствованию, оттачиванию различных приемов, методов, форм работы с учеником.

Активное участие ребят в предметных олимпиадах - это своеобразная психолого-педагогическая диагностика, которая позволяет проанализировать, насколько каждый ребенок готов интеллектуально, какие интересы и предпочтения у него есть, насколько сформированы его умения в самоорганизации, самопрезентации, какие есть трудности. А учителя еще раз могут утвердиться в выборе ребенком предмета, насколько совпадают его интересы и возможности.

Успешность выступления зависит от многих факторов: интеллектуальной, физической и психологической подготовки старшеклассников. В ситуации олимпиад наиболее значимыми оказываются следующие психологические характеристики учащегося: высокий уровень самоорганизации, высокая и устойчивая работоспособность, высокий уровень концентрации внимания, произвольности; четкость, комбинаторность, нестандартность мышления, сформированность внутреннего плана действий, сформированность навыков эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивость. Неадекватность самооценки, завышенный или заниженный уровень притязаний, повышенная личностная тревожность ребенка могут отрицательно повлиять на результат участия его в олимпиаде. Ведь ситуация предметных олимпиад и давление груза ответственности, возложенное на ученика (защитить честь школы, где поражение ребенка считается не только личным, но и проигрышем школы) является довольно стрессогенной. Чаще всего олимпиады проводятся в другой, чужой для ребенка школе, где собрались незнакомые ученики; проводят соревнования и оценивают результаты незнакомые взрослые, к тому же не всегда благожелательно настроенные к участникам; решение олимпиадных заданий, как правило, ограничено во времени. Все эти факторы вызывают тревогу, что может привести к дезорганизации деятельности, снижению концентрации внимания и работоспособности, растерянности, и порой даже способному ученику трудно показать в должной мере знания, умения, навыки и способности. Природа возникающих трудностей не только педагогическая, но и психологическая. Таким образом, психологическая подготовка участников к олимпиадам является очень важной и необходимой.

В своей деятельности по психологическому сопровождению одаренных детей при подготовке к предметным олимпиадам я использую две формы работы: индивидуальную и групповую. Индивидуально я начинаю работать с учеником по

запросу самого ребенка, педагога или родителя. Групповая работа проводится с командами, представляющими нашу школу, район или область на предметных олимпиадах. Цели индивидуальной работы с учащимися будут зависеть от запроса. Наиболее частые запросы педагогов и детей: низкая работоспособность, плохо запоминается учебный материал, рациональная система подготовки, которая позволит не переутомить ребенка, непонимание ученика и учителя (как будто они говорят на разных языках), разбросанность (стремление бежать во всех направлениях сразу), поверхностное изучение материала или, наоборот, чрезмерное застревание на деталях, внешняя мотивация (в результатах заинтересован больше учитель, нежели ученик).

Для того, чтобы помочь школьнику и учителю необходима углубленная диагностика, позволяющая изучить их личностные особенности. Учебная деятельность каждого ребенка связана с целым рядом его индивидуальных особенностей: спецификой мышления, памяти, внимания, темпом деятельности, личностными особенностями, учебной мотивацией. На что необходимо обращать внимание, чтобы создать одаренному ребенку ситуацию успеха во время участия в предметных олимпиадах?

Успех ученика зависит от того объема предметных знаний, которым ученик владеет. Но только одни знания - факты, даты, теории – не могут обеспечить настоящий успех в учении. С этой информацией необходимо уметь работать – превращать тексты в таблицы и графики, читать чертежи и схемы, проводить эксперименты и анализировать полученные данные, делать доклады и рефераты, уметь работать со справочной литературой. Это можно назвать одним словом «умею».

Итак, если я умею и знаю, то, как вы считаете, успех ученику обеспечен? Если не хочется, то и «знаю» и «умею» не дадут гарантию успеха в предметной олимпиаде. Еще важно слово «хочу». Желание добиться успеха одна из основных составляющих. Но успех зависит еще и от того, что человек может. Есть люди, для которых последовательное, логически выдержанное изложение материала вызывает затруднение, но зато они быстро находят решение интуитивно. Есть ученики, которые легче расскажут, чем напишут, а есть и такие, кому устные ответы даются труднее, но зато письменно они четко и полно изложат свои мысли.

В основе этих особенностей каждого ученика лежат генетические различия между людьми, различия в функционировании мозга и его периферии – зрительного и слухового аппарата, нервных окончаний в коже. Это можно назвать словом «могу».

Для учебного успеха важны не только знания по предметам, но и внимание, умение запоминать и вспоминать, умение анализировать, сравнивать, умение планировать и организовывать свою деятельность, умение работать в группе, умение искать нужную информацию и т.д.

Учебный успех ученика необходимо понимать не только как увеличение информации, но, прежде всего, как рост его учебных возможностей или обучаемости. Обучаемость определяется как уровень самостоятельности в учебной деятельности ученика. Зная психофизические особенности учащихся, можно определить меру педагогической помощи каждому ученику в отдельности.

Для создания ситуации успеха необходимо уметь прогнозировать ситуации, которые будут трудны для конкретного ученика, и те, где он будет наиболее успешен, и на этой основе строить работу с ним. Зная индивидуальные особенности своих учеников, можно применять по отношению к ним **специальные приемы**, которые помогут им наиболее эффективно подготовиться к олимпиаде. Чем выше развитие навыков, тем больше желание и воли, чем больше знаний, тем больше уровень возможностей ученика. От развития общеучебных навыков или от развития психических процессов (памяти, внимания или мышления) увеличиваются учебные возможности ученика.

Так же важную дидактическую роль – основу для выбора тех или иных форм подготовки - играют еще два параметра: **модальность и доминирование полушарий головного мозга**. Под **модальностью** мы понимаем преимущественное использование одного из каналов приёма и переработки информации. Мы имеем в виду именно предпочитаемый учеником канал **ПРИЁМА** информации: визуальный, аудиальный или кинестетический. Это может стать дополнительным ресурсом при подготовке к олимпиаде.

Знание наличия выраженной функциональной асимметрии полушарий мозга ученика помогает выбрать как способы обучения, так и способы эффективного общения с учеником вне урока. Целенаправленная работа по определению, учету и развитию индивидуального стиля учебной деятельности ученика приводит к расширению зоны его ближайшего развития, повышению его уровня учебных возможностей (обучаемости), росту мотивации и развитию психофизиологических функций как основы для успешного выступления в предметных олимпиадах. Диагностировав все, перечисленные выше, параметры можно проектировать индивидуальные программы развития учеников.

Для этого необходимо выписать все параметры, уровень которых определяется как недостаточный и критический. Подобрать к этим навыкам формы заданий и виды работ, выполнение которых обеспечит их развитие. Использовать эти формы заданий, приёмы учебной работы на этапах отработки и обобщения учебного материала. Выписать параметры, уровень которых определён как достаточный и оптимальный – подобрать задания и формы деятельности, опирающиеся на эти навыки и психофизиологические особенности. Использовать на этапах объяснения и диагностики учебного материала. Потом можно провести повторную диагностику и посмотреть изменились ли параметры. Такая работа довольно хлопотная, но если рассматривать работу с одаренным учащимся не как отдельный эпизод, а как постоянную работу по развитию способностей, то она приносит хорошие результаты.

Одаренные дети с большим увлечением занимаются умственной деятельностью и охотно и много запоминают. Педагоги и родители предполагают, что если одаренного ребенка тянет к интеллектуальной нагрузке, то пусть он вытягивает ее столько, сколько на него взвалит. Это часто приводит к информационным перегрузкам, что в свою очередь может привести одаренных детей к неврозам. Поэтому необходимо уделять внимание культуре умственного труда. В связи с этим я провожу тренинговые занятия «Технологии учения», направленные на развитие умения работать с учебными текстами; на развитие

когнитивных процессов; на развитие творческого мышления. Одаренные дети должны быть готовы к увеличенному объему учебных нагрузок. Для повышения эффективности обучения учащимся необходимо владеть соответствующими способами самостоятельной учебной работы. Наиболее полно эти способы реализуются в работе с учебным текстом. Наличие у школьников развитого умения работы с учебным текстом позволяет им более гибко решать учебные задачи, свести к минимуму «зубрежку» при подготовке к экзаменам и предметным олимпиадам, учиться рационально и эффективно.

Но само по себе без использования специальных заданий такое умение не будет иметь высокого уровня развития. На занятиях я использую специальные задания, которые могут способствовать развитию умения работать с текстом. Большое внимание уделяется развитию навыка смыслового чтения, умения «сворачивать» информацию, умения выделять главное. При проведении занятий использую следующие приемы работы с текстом .

1. Прием "Самое главное".

Задание: прочесть текст (раздел, главу), выразить содержание текста только **одним словом**, самое главное - **одной фразой**. Главное - то, без чего текст лишен смысла, "изюминка".

2. Прием "Главные существительные".

Задание: прочесть текст (раздел, главу), выразить содержание (смысл) текста **ключевыми существительными**. По ключевым словам-существительным легко воспроизвести изначальный текст.

3. Прием "Суть".

Задание: в течении определенного времени бегло читать текст и карандашом (мышкой) **подчеркнуть суть содержания**. Как правило, суть составляет около 20%, остальное - детализация.

Такие и другие приемы позволяют наиболее эффективно работать с изучаемым материалом.

Но еще одним важным, на мой взгляд, моментом является определение стратегии подготовки к олимпиаде или другим интеллектуальным конкурсам.

Условно эти стратегии подразделяются на четыре типа.

Тип 1. Ураган

Главный ресурс: быстрота реакции; стремительное усвоение; высокая работоспособность в стрессовых ситуациях, в ситуации лимита условий; ситуативное лидерство.

Из всех типов испытывает наименьший дискомфорт в ситуации экзамена или олимпиады, где может собраться и показать лучший результат, чем в повседневной жизни. Обычно готовятся в последние дни, полагаясь на свою память и способность выкручиваться из трудных ситуаций. Такое поведение – не лучшая стратегия.

Главная слабость: поверхностность, отказ от планирования; уязвимость в монотонном труде.

Основной режим труда: постоянная смена деятельности, работа в чрезвычайных условиях.

Тип 2. Творец

Главный ресурс: воображение, умение определить всевозможные последствия того или иного события; способность работать как монотонно, так и в режиме постоянной смены условий, быстро усваивает знания.

Главная слабость: быстрая утомляемость, неусидчивость; перепады эмоционального состояния.

Основной режим труда: частая смена деятельности более сложной на менее сложную, допустимы частые, но короткие перерывы, выполнение сразу нескольких заданий (разного уровня сложности); начинать подготовку к олимпиаде заблаговременно.

Тип 3. Вдумчивый

Главный ресурс: терпение, способность докопаться до мелочей и не потерять главное; подведение логической основы; ориентация на качество труда.

Главная слабость: долгое приспособление к изменениям, мнительность.

Этот тип испытывает самый сильный стресс в ситуации олимпиады.

Основной режим труда: разделение любого действия на отдельные части и работа над однородными частями; начинать готовиться с того, что известно, но не усвоено до конца, затем переходить к самому неосвоенному, а в конце - к наиболее известному.

Тип 4. Медведь

Главный ресурс: выдержка, способность работать долгое время без отдыха как в режиме монотонного труда, так и в режиме чрезвычайных событий.

Главная слабость: необходимость времени на раскачку; неумение отдыхать.

Основной режим труда: длительные периоды трудоспособности чередуется с довольно длительными периодами отдыха; придерживаться следующей схемы: работа по учебнику (чтение, запоминание, составление конспектов) → параллельно решать задачи → знакомство с конспективным учебником для закрепления.

Как видно каждый тип имеет свои достоинства и недостатки, зная их можно корректировать процесс подготовки учащихся к предметным олимпиадам.

Чтобы достичь успеха, ученик должен иметь и внутренние, и внешние мотивы. Дело в том, что в победе ученика заинтересован больше учитель, чем ребенок. Исключение составляют учащиеся 11-х классов. Психологами доказано, что умственная работа, выполняемая не из-за чувства долга, не для получения высокой отметки, а потому, что хочется самому, то есть на основе внутренней потребности, тесно связана с деятельностью центра положительных эмоций. Лишь деятельность, мотивированная подобным образом, может принести хорошие результаты. Я обычно помогаю ребятам определить их личные цели для участия в олимпиадах.

Когда человек выбирает цель, мало просто страстно желать достичь ее. Нужно еще быть полностью уверенным, что у тебя есть все возможности для ее достижения. Набраться оптимизма, уверенности в себе помогает упражнение «Найди свою звезду».

Инструкция: Сядьте поудобней и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... (звучит музыка).

А теперь представьте себе звездное небо. Звезды большие и маленькие, яркие и тусклые. Для одних это одна или несколько звезд, для других — бесчисленное

множество ярких светящихся точек, то удаляющихся, то приближающихся на расстояние вытянутой руки.

Посмотрите внимательно на звезды и выберите самую прекрасную звезду. Быть может, она похожа на вашу мечту детства, а может быть, она вам напомнила о минутах счастья, радости, удачи, вдохновенья? Еще раз полюбуйтесь своей звездой и попробуйте до нее дотянуться. Старайтесь изо всех сил! И вы обязательно достанете свою звезду. Снимите ее с неба и бережно положите перед собой, рассмотрите поближе и постарайтесь запомнить, как она выглядит, какой свет излучает. Потом верните ее на небо.

А теперь проведите ладонями по коленям, вниз к ступням ног, и сладко потянитесь, откройте глаза, возьмите лист бумаги и нарисуйте свою звезду. Когда приедете домой, вырежьте и прикрепите ее где-нибудь на рабочем столе.

В процессе выбора цели необходимо провести детальный анализ всей своей предыдущей деятельности, взвесить сильные и слабые стороны, определить исходный уровень всех сторон подготовленности ученика. Только такой строгий и предельно самокритичный анализ позволит создать план действий, который будет реальным, а не останется лишь на бумаге бесплодным отражением мечты. Поэтому моим любимым упражнением для этой цели является упражнение «Загадай желание». Школьники тоже с большим удовольствием работают с ним и, самое главное, считают, что данная техника действительно приносит результаты.

Допустим, желание у нас уже есть – призовое место в предметной олимпиаде. Но для того, чтобы оно было реализовано, его необходимо правильно загадать. Это целая наука. **Первый шаг** – это настройка.

Вспомните самый лучший (или просто хороший) день вашей жизни. Во что вы были одеты. Представляйте все в мельчайших деталях. Что вы слышали, видели, чувствовали в этот момент?

Второй шаг – формулировка.

Я такая удачливая, что заняла первое место в республиканской олимпиаде. Определите метазель: “Если это у вас будет, что вам это даст”? Запишите.

Третий шаг - уточните желание.

Как вы узнаете, что вы это уже имеете?

Представьте, что это у вас уже есть, как вы это поймете? Что вы видите вокруг (быть может, чье-то лицо), что вы слышите (может быть, чей-то голос, который что-то говорит), что вы чувствуете? На что это похоже? Запишите 5-6 признаков того, что желание исполнилось.

Четвертый шаг- визуализация.

Нарисуйте символ, который будет олицетворять вашу мечту. Укажите дату исполнения желания.

Пятый шаг – запуск желания.

“Какие способности и возможности у вас уже есть?”

А теперь подумайте, что еще необходимо сделать? Каким будет ваш первый шаг? Какой следующий?

Запишите, что вам необходимо сделать, чтобы достичь своей цели.

И еще одно условие. Вселенная может исполнить любое ваше желание. Но и вы должны чем-то помочь ей или другим людям. Что вы готовы отдать другим, чтобы ваше желание исполнилось? Запишите: « Я обещаю сделать...» Сейчас вы даете обещание и обязательно должны его выполнить.

Мы с вами прекрасно понимаем, что на пути достижения своей цели – получение призового места в предметной олимпиаде – ребята встречают много трудностей и очень важно понимать, как они с этими трудностями справляются. Будут ли дети паниковать или смело сделают шаг вперед. Помогает это узнать простое на вид упражнение – визуализация «Забор». Инструкция: « Сядьте удобно. Закройте глаза. Сделайте глубокий вдох, выдох. Повторите четыре раза. Представьте себе, что вы идёте по пустыне. Вокруг никого нет. Вы идёте довольно долго и уже устали. Вдруг вдаль вы увидели, нечто темнеет. Вы подходите ближе и видите, что это высокий забор. Вы смотрите по сторонам и видите, что забору нет конца. А теперь посмотрите на себя со стороны:- Что вы будете делать дальше? (звучит музыка 2 минуты на визуализацию). Сделайте глубокий вдох, выдох. Откройте глаза, посмотрите друг на друга. Вспомните, что вы представили. Ваше поведение в вашем воображении может свидетельствовать о вашем поведении в действительности, когда в жизни вы сталкиваетесь с трудностями. Когда люди видят на своём пути глухой забор, они действуют по-разному. Одни идут напролом, царапаясь и падая, пытаются перелезть через него. Другие решают дальше вообще не идти и поискать более лёгкий путь. Третьи пытаются найти дверь или щель в этом заборе. Кто-то сидит и ноет, ждёт, а иногда требует помощи. Кто-то преодолевает забор с помощью друзей. Так же происходит и в трудных жизненных ситуациях. Одни борются до конца, не унывая и не отступая перед неудачами, другие раскисают при первой же трудности, третьи начинают хитрить. Самое главное при этом - будет ли достигнута цель. Необходимо учиться преодолевать трудности.»

Так же в работе с одаренными детьми по подготовке к предметным олимпиадам я обращаю внимание на **эмоционально-волевой компонент**: развитие навыков самоорганизации, саморегуляции, формирование умения управлять своим психофизическим состоянием, обучение приемам волевой мобилизации, коррекция неадекватной самооценки. Нельзя забывать и **физический компонент**: сохранение и укрепление физического и психического здоровья, обучение методам нервно-мышечной релаксации. Психологические упражнения помогают ребенку ориентироваться в собственных психических состояниях, адекватно их расценивать, управлять собой, сохраняя свое психическое здоровье и, как следствие этого, достигать побед в предметных олимпиадах при сравнительно небольших затратах нервно-психической энергии.

Такие же упражнения можно использовать и в групповой работе со школьниками. При работе с командами, представляющими район или область на предметных олимпиадах, на мой взгляд, уместен определенный алгоритм тренинговых занятий.

В первую часть входят упражнения, направленные на знакомство и командообразование. Здесь важно познакомить участников друг с другом, дать возможность пережить опыт сотрудничества, настроить ребят (отметить, что они

уже победители, так как попали в число избранных), задать позитивный тон (рассмешить, создать атмосферу доверия). Это помогает ощутить причастность к олимпиаде, познакомиться с «однополчанами» и в этом обрести поддержку. Здесь используются упражнения на знакомство ребят и сплочение команды (совместное творчество, сотрудничество, преодоление препятствий и др., «подготовка к олимпиаде», а именно: создание названия команды, речевки, гимна и др.). Упражнения должны быть динамичными и яркими, чтобы пробудить у ребят интерес и настроить на позитив. Во вторую часть тренинга входят задания по настрою на успех, актуализации ресурсов и техники саморегуляции: упражнения на релаксацию и, наоборот, — на концентрацию, дыхательные техники самопомощи при волнении. Здесь важно создать атмосферу безмятежности и спокойствия, расслабить участников, настроить на работу другого качества. В завершение хотелось бы отметить, что содержание тренинга может быть разным (по усмотрению специалиста), однако важно понимать, что, огромную ценность для ребенка имеет сам факт встречи с психологом. В этом случае он чувствует нашу защиту и поддержку, а значит, к началу олимпиады он подойдет уверенно

Перечисленные приемы работы с одаренными детьми позволяют им успешно выступать на предметных олимпиадах разного уровня. Ребята нашей школы достойно выступают на областных и республиканских олимпиадах. Обучают их отличные учителя, которые вносят большой вклад в развитие одаренных детей. Нужно отметить, что хорошо организованная работа с одаренными детьми позволяет получить не только победителей олимпиад и конкурсов различных уровней, а также разностороннюю талантливую личность, успеху которой в небольшой мере способствовал и школьный психолог.