

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

участников чемпионата

от отбора до национального финала



Сопровождение

Психологическая подготовка - это естественная часть подготовки по профессиональной компетенции

ПРОГРАММА СОПРОВОЖДЕНИЯ

Цель:

содействие в индивидуализации процесса профессиональной подготовки конкурсантов и наставников чемпионатов профессионального мастерства Архангельской области

ЗАДАЧА:

создать условия для психологической готовности у конкурсантов и наставников к выступлению на чемпионате

региональная идентичность

УЧАСТИЕ В ЧЕМПИОНАТЕ X ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА



Вовлечение
в специфику
Чемпионата

1. Чемпионатное движение: миссия, цели, задачи.
2. Индивидуальные цели на Чемпионат и после
3. Осознание важности участия конкурсантов в чемпионате для дальнейшего профессионального становления.

КОМАНДА

1. Развитие навыков взаимодействия в команде, а также навыков командной коммуникации
2. Создание команды движения Чемпионата, преемственность

ПУБ
ЛИЧНОСТЬ

1. Повышение уверенности в себе в сложных коммуникативных и поведенческих ситуациях
2. Подготовка к неожиданным ситуациям во время выступления (*приход СМИ на площадку)
3. Диагностика, анализ и коррекция личного поведения на публике

Стресс менеджмент

1. Формирование адекватной и конструктивной реакции на стрессовые ситуации
2. Овладение самоконтролем физического и эмоционального состояния
3. Навыки концентрации усилий и последующего снятия напряжения

ВНИМАНИЕ

1. Повышение личной эффективности и продуктивности
2. Уменьшение количества совершаемых ошибок и недочетов

Тайм менеджмент

1. Повышение эффективности действий в условиях нарастающей нагрузки.
2. Соблюдение режима сна и отдыха

сопровождение

ЭТАПЫ

ПОДГОТОВКА

отбор участников
знакомство с наставниками,
движением, конкурсантами
мотивация

РЕФЛЕКСИЯ

эмоциональная
разгрузка
подведение
итогов
новые цели



ОСНОВНОЙ

предстартовый
«настрой»
адаптация

саморегуляция

СТРУКТУРА РАБОТЫ

схема по итогам стратегической сессии 2024 г.



8

добавить новые формы взаимодействия
скорректировать работу под особенности компетенций и
индивидуальные особенности конкурсантов

проблематика

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

мотивация участников

саморегуляция во время соревнований

“чужая” территория соревнований

саморегуляция во время посещения площадок

представителей власти и СМИ

отсутствие команды движения, преемственности

постановка целей

на основании анкетирования 2024 г.

проблематика

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

включение в общий план работы
организация работы с родителями (юниоры)
организация работы с наставниками

**КАНАЛ
ВЗАИМОПОДДЕРЖКИ**

16 ЯНВАРЯ

**ОТПРАВИТЬ ПЛАН
РАБОТЫ**

ДО 24 ЯНВАРЯ

**ФОРМИРОВАНИЕ
БАЗЫ ПРАКТИК**

ДО 10 ФЕВРАЛЯ

**РЕФЛЕКСИЯ
ДОПОЛНЕНИЕ БАЗЫ
ПРАКТИК**

МАРТ

ФЕСТИВАЛЬ ПРАКТИК

АПРЕЛЬ/МАЙ



ПАПКА ДЛЯ ПРАКТИК

тел. 60-82-85 (206)
8 960 005 39 22
metodist@copp29.ru
copp29@yandex.ru



ЧАТ В ТЕЛЕГРАМ

