

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 34 Кировского района Санкт-Петербурга

ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННАЯ ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА

Наставническая пара:

Старший воспитатель (наставник)	воспитатель (наставляемый)
---------------------------------	----------------------------

Описание проблемы: тревожность, профессиональное выгорание, сложности в формировании индивидуальной папки для аттестационного испытания.

Цель наставничества: оказание помощи педагогу с большим стажем педагогической работы в разработке и реализации индивидуального плана по самообразованию, ослабление синдрома профессионального выгорания, помощь в аттестации.

Задачи:

- помощь в определении «точек роста» в профессии;
- поддержка мотивации педагога на самообразование;
- помощь в расставлении профессиональных приоритетов;
- познакомить с приёмами управления стрессом и эмоциональной разгрузки;
- оказать помощь в прохождении аттестационного испытания.

Срок реализации программы наставничества: 01.09.2023г. – 31.12.2023г

Параметры взаимодействия: индивидуально.

Планируемые результаты:

- разработка плана по самообразованию на основе определенных «точек роста»;
- снижение тревожности, профилактика профессионального выгорания;

- овладение современными приёмами управления стрессом и эмоциональной разгрузки;

- подготовка индивидуальной папки для аттестационного испытания.

Расписание встреч: еженедельно

Режим работы: смешанный (очный и онлайн)

№	Содержание работы	Форма проведения	Результат	Сроки
1	- определение профессиональных проблем; - помощь в определении «точек» роста и составлении плана по самообразованию.	- беседа; - заполнение информационной карты педагога; - самодиагностика педагога на предмет уровня профессионального выгорания.	- информационная карта педагога; - итоги самодиагностики; - план по самообразованию, определение «точек роста».	сентябрь
2	- знакомство с приёмами эмоциональной разгрузки; - анкетирование педагога.	- консультация и оказание помощи по итогам анкетирования; - вебинар «Как снять эмоциональное напряжение?» - памятка для педагога «Приёмы эмоциональной разгрузки»	- анкета наставляемого; - знакомство с интернет ресурсом; - памятка для педагога.	октябрь
3	- помощь в формировании индивидуальной папки для аттестационного испытания; - помощь в снижении тревожности педагога.	- коуч-консультация «Индивидуальная папка педагога»; - тренинг «Приёмы саморегуляции и снятия эмоционального напряжения»; - вебинар «Повышение стрессоустойчивости педагога ОО»	- определение оптимальных позиций экспертного заключения для составления индивидуальной папки; - картотека релаксационных приёмов и упражнений; - знакомство с интернет ресурсом;	ноябрь

4	Итоги наставничества	-Определение КПК по персонифицированной модели образования; - беседа по итогам наставничества.	заполнение листа самоанализа, рефлексия профессиональной деятельности.	декабрь
---	----------------------	---	--	---------