

План мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, их родителей (законных представителей) МБОУ «СОШ №9» в период подготовки к прохождению государственной итоговой аттестации в 2021-2022 учебном году

При подготовке к государственной итоговой аттестации (далее ГИА) по образовательным программам основного общего и среднего общего образования можно выделить основные направления работы школы в ходе психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса:

1. Просветительское
2. Диагностическое
3. Консультативное
4. Профилактическое
5. Аналитическое

Цель: оказание психологической помощи обучающимся при подготовке и прохождении ГИА.

Задачи:

1. Знакомство выпускников с особенностями и процедурой ГИА для снижения тревоги и повышения интереса к результатам экзамена.
2. Овладение обучающимися способами регуляции эмоционального состояния, способами релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышения сопротивляемости стрессу.
3. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
4. Самодиагностика психологических особенностей, уровня тревожности и компетентности в подготовке к итоговой аттестации.
5. Обучение обучающихся способам самомотивирования и реагирования на негативные эмоции.
6. Стимулирование у обучающихся самостоятельного поиска путей профилактики, предупреждения и преодоления негативного влияния интенсивной учебной деятельности на организм.

Формы и методы работы.

Оптимальная форма фронтальной психологической подготовки выпускников к ГИА - психолого-педагогические занятия с элементами тренинга. На занятиях не происходит обучение технологиям, но формируются позитивные установки, помогающие эффективно сдавать экзамены и справляться с любыми стрессовыми ситуациями в жизни. В процессе занятий каждый участник пополняет свою «копилку» представления о ГИА: «Чем лично для меня ГИА лучше традиционного экзамена?», «Что лично мне помогает чувствовать себя увереннее (мои ресурсы)?».

Формы работы: групповая дискуссия, разбор конкретных ситуаций на экзаменах, отработка умений и навыков в специальных упражнениях, групповое обсуждение, информирование, психогимнастика, «мозговой штурм», освоение техник саморегуляции, самоподдержки в специальных упражнениях.

Этапы реализации плана психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса при проведении государственной (итоговой) аттестации

I. Подготовительный этап (реализация информационно-аналитической, мотивационно-целевой, планово-прогностической функции)

Фронтальная подготовка обучающихся, предоставляющая им необходимую информацию о правилах и нормах процедуры ГИА и направленная на выработку индивидуального стиля работы.

1. Тестирование обучающихся 11-х, 9-х классов с целью выявления уровня школьной тревожности, самочувствия, активности, настроения, индивидуальных интеллектуальных и психологических особенностей, для построения дальнейшей коррекционной работы.
2. Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.
3. Психологические коррекционные занятия «Экзамен как повод поиграть».
4. Психологическое просвещение через групповые консультации.
5. Контрольно-измерительные материалы. Структура, правила работы.
6. Репетиционный экзамен.

II. Выработка индивидуальных стратегий поддержки для конкретных учащихся с учетом их индивидуальных особенностей.

1. Индивидуальные психологические консультации обучающихся с повышенным уровнем тревожности.
2. Индивидуальные психологические консультации обучающихся, находящихся на индивидуальном обучении.
3. Индивидуальные психологические консультации обучающихся с низкой самооценкой.

4. Индивидуальные психологические консультации демонстративных обучающихся.
5. Индивидуальные психологические консультации выпускников, испытывающих трудности в обучении.
6. Составление рекомендаций для обучающихся, педагогов и родителей по результатам психологических исследований.

III. Привлечение родителей: ознакомление со спецификой итоговых аттестаций.

1. Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.
2. Групповые консультации на родительских собраниях «Психологическая помощь при подготовке к ЕГЭ», «Как помочь своему ребёнку при подготовке и во время итоговой аттестации».
3. Индивидуальные консультации родителей по возникшим проблемам, связанным со сдачей экзаменов.
4. Индивидуальные собеседования родителей и обучающихся с администрацией школы, с учителями-предметниками по вопросам прохождения итоговой аттестации.

IV. Проведение ГИА (реализация организационно — исполнительской, контрольно — диагностической функций).

1. Педагогический совет «Формирование мотивационных установок субъектов образовательного процесса к организации и проведению ГИА».
2. Индивидуальные консультации педагогов по способам обеспечения благоприятной психологической атмосферы при проведении ГИА.
3. Производственное совещание с рекомендациями по психологическому сопровождению процесса подготовки к ГИА в школе.
4. Психологическая поддержка обучающихся при проведении ГИА (непосредственно перед экзаменом).

V. Анализ результатов и выработка предложений по подготовке к итоговой аттестации.

1. Анализ проведения репетиционных экзаменов.

2. Выработка рекомендаций.

3. Анализ возникших психологических и педагогических проблем при подготовке и проведении итоговой аттестации и определение путей работы по психолого-педагогическому сопровождению учащихся на следующий учебный год.

Ожидаемые результаты:

- усвоение психологических основ сдачи экзамена;
- освоение техник саморегуляции;
- освоение приемов планирования рабочего времени на экзамене;
- формирование позитивного отношения к процессу сдачи экзаменов;
- повышение сопротивляемости стрессу;
- развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.

1. План работы с обучающимися

№	Наименование мероприятия	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Проведение анкетирования по знанию правил ГИА.	Определить уровень знаний правил проведения ГИА.	Сентябрь	Администрация, социальный педагог, классные руководители
2.	*Диагностика индивидуальных особенностей обучающихся, затрудняющих обучение и прохождение процедуры ГИА (см.ниже)	Определить уровень психологической готовности выпускников к ГИА.	Октябрь-ноябрь, декабрь-январь, февраль –	Педагог-психолог

			март, апрель-май	
3.	Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для обучающихся 9-11-х классов.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучить выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышения сопротивляемости стрессу. 2. Показать способы волевой мобилизации и поддержания рабочего самочувствия в ходе подготовки к экзаменам. 3. Развить навыки самоконтроля. 4. Обучить приемам активного запоминания. 5. Отработать навыки поведения на экзамене. 	Октябрь-май	Педагог-психолог
4.	Формирование групп обучающихся со сходными индивидуальными особенностями (затруднениями) для проведения коррекционно-развивающих занятий.	Разработка коррекционно-развивающих программ.	Декабрь-январь	Педагог-психолог
5.	Проведение коррекционно-развивающих занятий с обучающимися «группы риска», направленных на преодоление или компенсацию индивидуальных затруднений в обучении и прохождении ГИА.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Коррекция эмоционально-волевой сферы. 2. Отработка навыков саморегуляции психических состояний. 3. Развитие умения мобилизовать себя в решающей ситуации. 	Февраль-апрель	Педагог-психолог
6.	Проведение классных часов, включающих мини-лекции, беседы с выпускниками об условиях эффективной подготовки к экзаменам: режим сна и бодрствования, питания, организации рабочего пространства и т.д., а также упражнения для обучения методам медитации, аутогенной тренировки, позитивного целеполагания.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проводить информационно-разъяснительную работу о порядке проведения государственной итоговой аттестации; формировать адекватное и реалистичное мнение о ГИА. 2. Помогать в выработке стратегии подготовки и поведения на экзамене. 3. Оказать помощь в преодолении психологического барьера, мешающего успешной сдаче ГИА. 	В течение учебного года	Администрация, социальный педагог, классные руководители, педагог-психолог
7.	Подготовка информационных стендов, буклетов, памяток	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам участникам ГИА.	В течение учебного	Учителя-предметники,

			года	педагог-психолог
8.	Индивидуальные консультации	Оказать психологическую помощь и поддержку субъектам ГИА (в большей степени детям, чьи трудности в большей степени имеют личностный характер (например, тревожные или перфекционисты)).	В течение учебного года	Педагог-психолог

***План диагностической работы с обучающимися**

№	Наименование мероприятий	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Анкета «Определение детей группы риска»	Анкета предназначена для экспресс-диагностики, позволяющей выявить детей групп риска.	Октябрь	Педагог-психолог
2.	Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса	Выявление уровня тревожности выпускников.	Октябрь-ноябрь	Педагог-психолог
3.	Диагностика поведенческих стратегий и моделей преодолевающего поведения (шесть стратегий) (С.В. Неделина)	Оценка поведенческих стратегий и моделей преодолевающего поведения поможет выявить особенности поведения в сложных (стрессовых) ситуациях	Ноябрь	Педагог-психолог
4.	Тест «Стресс»	Выявление уровня стресса у выпускников.	Декабрь	Педагог-психолог
5.	Тест «Моральная устойчивость»	Выявление уровня моральной устойчивости.	Январь	Педагог-психолог
6.	«Шкала социально-ситуационной тревоги» Кондаша.	Выявление уровня тревожности у выпускников.	Февраль	Педагог-психолог
7.	Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Определение уровня развития волевой саморегуляции».	Выявление уровня развития волевой саморегуляции.	Февраль-март	Педагог-психолог
8.	«Самооценка психических состояний» Айзенка.	Выявление уровня самооценки психических состояний.	Март	Педагог-психолог

9.	Тест Е.В. Беспаловой «Твое самочувствие накануне экзаменов»	Выявить эмоциональное состояние обучающихся перед экзаменами.	Апрель-май	Педагог-психолог
----	---	---	------------	------------------

2. План работы с родителями (законными представителями)

№	Наименование мероприятий	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Информирование по вопросам подготовки к ГИА. Проведение анкетирования «Правила проведения ГИА»	Изучить степень осведомленности родителей о правилах проведения ГИА	Сентябрь-май	Администрация, классные руководители, педагог-психолог
2.	Участие в родительских собраниях, круглых столах для родителей: «Психологические особенности подготовки к ГИА», «Как помочь ребенку успешно сдать экзамены». Проведение моделирующих деловых игр по изучению процедуры проведения ГИА, релаксационных занятий.	1. Повторить основные правила и порядок проведения ГИА. 2. Проанализировать уровень психологической подготовленности выпускников к сдаче ГИА. 3. Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к ГИА. 4. Снизить уровень тревожности родителей выпускников.	Октябрь-январь	Классные руководители, педагог-психолог
3.	Проведение цикла занятий для родителей «Сдаем экзамены вместе»	1. Способствовать установлению взаимопонимания родителя с ребенком во время сдачи ГИА 2. Выработать стратегию оказания помощи и поддержки обучающимся выпускных классов в период подготовки к сдаче экзаменов. 3. Познакомить родителей с основными приемами гармонизации эмоционального состояния, снятия напряжения, высокого уровня тревожности. 4. Способствовать формированию позитивного отношения к будущему.	В течение учебного года	Педагог-психолог
4.	Создание информационного	Дать рекомендации по оказанию психологической	В течение	Учителя-

	стенда, буклетов, памяток	помощи детям в период подготовки к ГИА	учебного года	предметники, педагог-психолог
5.	Индивидуальные консультации по проблемам психологической готовности к ГИА.	Оказать психологическую помощь и поддержку субъектам ГИА	В течение учебного года	Педагог-психолог

3. План работы с педагогами

№	Наименование мероприятий	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Совместное изучение индивидуальных особенностей обучающихся.	Выработать оптимальную стратегию подготовки к экзаменам.	Сентябрь	Администрация, учителя-предметники, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
2.	Групповое консультирование учителей, работающих в выпускных классах по теме «Экзамены и подготовка к ним, как психологический стресс, индивидуальный подход к каждому выпускнику при подготовке к экзаменам». Проведение семинара-практикума для педагогического коллектива «Психологическое сопровождение ГИА»	Расширить понимание необходимости и представлений педагогов о системе психолого-педагогического сопровождения ГИА.	Октябрь	Педагог-психолог
3.	Проведение цикла занятий для педагогов по профилактике эмоционального выгорания «Гореть – не сгорая!»	1. Снизить эмоциональную напряженность педагогов и повысить их эмоциональную устойчивость и удовлетворенность своим трудом. 2. Повысить уровень сплоченности педагогического коллектива. 3. Развить профессиональное	В течение учебного года	Педагог-психолог

		самосознание педагогов.		
4.	Работа с классными руководителями выпускных классов по проблеме «Контроль успеваемости и посещаемости обучающихся». Подготовка методических рекомендаций учителям-предметникам и классным руководителям по подготовке выпускников к ГИА.	Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	В течение учебного года	Администрация, педагог-психолог, социальный педагог
5.	Индивидуальные консультации по проблемам психологической готовности к ГИА.	Оказать психологическую помощь и поддержку субъектам ГИА.	В течение учебного года	Педагог-психолог