

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кесовогорская средняя общеобразовательная школа
имени дважды Героя Советского Союза А.В. Алелюхина

<p>Принято на педагогическом совете МБОУ Кесовогорская СОШ Протокол № 1 от <u>30.08</u> 2021 г.</p>	<p>Свержено Директор Кесовогорская СОШ В. Ляшова Приказ № <u>30.08</u> 2021 г.</p> 
---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
психологического сопровождения
выпускников в период подготовки к ГИА
9 - 11 класс

психолог:

Мухина Светлана Николаевна

Пояснительная записка

Актуальность психологической подготовки к ЕГЭ и ОГЭ трудно недооценить. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, и с тем, что ЕГЭ и ОГЭ как форма экзамена появились сравнительно недавно. Кроме того, каждый год меняются требования к проведению экзамена. Такая форма проведения экзамена для многих выпускников является непривычной и пугающей. Это обуславливает необходимость создания программы психологического сопровождения, позволяющей помочь ученику более эффективно подготовиться к экзамену и справиться с волнением.

При разработке программы учитывались основные направления психологической работы: диагностика личностных особенностей обучающихся, психологическое просвещение, занятия с элементами психологического тренинга. С помощью данной программы выпускники смогут более эффективно использовать своё время для подготовки к экзамену. Таким образом, программа позволяет выпускникам научиться владеть собой в ситуации стресса и уменьшить негативные ожидания и переживания в ходе экзамена, тем самым сохранить своё здоровье.

Основанием программы является:

1. Федеральный закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации» .
2. Федеральный государственный образовательный стандарт ООО, СОО.
3. Письмо Министерства образования РФ от 27 июня 2003 года №28-51-513/16 (методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования).
4. ООП ФГОС ООО (5-9 класс) МБОУ Кесовогорская СОШ.
5. ООП ФГОС СОО (10-11 класс) МБОУ Кесовогорская СОШ.
6. Программа "Путь к успеху" Стебеновой Н.А, Королевой Н.В.
7. Рабочая программа психологического сопровождения участников образовательного процесса.

Цель: создание психологически комфортной среды для подготовки и проведения итоговой аттестации выпускников.

Задачи:

- Повышение сопротивляемости стрессу, отработка навыков уверенного поведения.
- Развитие эмоционально-волевой сферы, развитие чувства эмпатии, внимания к себе и доверия к окружающим.
- Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
- Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.
- Обучение навыкам конструктивного взаимодействия.

Содержание работы

- Выделение группы детей с низким уровнем подготовки к сдаче экзаменов
- Индивидуальная работа по повышению мотивации подготовки к экзаменам.
- Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к экзаменам (буклеты) и их распространение.
- Диагностика уровня тревожности.
- Индивидуальные консультации с классными руководителями и учителями-предметниками
- по итогам диагностики экзаменационной тревожности.

- Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к экзаменам (буклеты) и их распространение.
- Индивидуальная работа по запросу.
- Групповые занятия: "Как психологически подготовиться к экзаменам", "Кинезиологические упражнения для стимуляции познавательных способностей", "Способы снятия нервно-психического напряжения"..

- Информация психолога в классные уголки "Советы психолога по подготовке к ГИА"

- Групповое консультирование родителей «Как поддержать ребёнка – выпускника»
- Размещение материалов на школьном сайте «Как пережить экзамен»
- Выступления на совещаниях по теме: «Психологическая подготовка обучающихся к итоговой государственной аттестации»

Направления работы педагога-психолога по сопровождению процесса подготовки к ЕГЭ и ОГЭ:

- Работа с обучающимися выпускных классов.
- Работа с родителями обучающихся выпускных классов.
- Совместная работа с администрацией школы, классными руководителями и учителями-предметниками по организации подготовки к экзаменам.
- Организационно-методическая работа.

Ожидаемые результаты

Выпускники научатся:

- планировать время работы при подготовке к экзамену и на самом экзамене;
- регулировать уровень самоконтроля с учётом своих возможностей и способностей;

освоят:

- применять различные приёмы саморегуляции и противодействия стрессу;

Оценка эффективности работы:

- Оценка эффективности работы по программе осуществляется в двух направлениях: отсутствие психологических срывов учащихся при сдаче экзамена;
- успехи выпускников на экзамене будут являться дополнительной оценкой программы психолого-педагогического сопровождения.

План психолого-педагогического сопровождения подготовки выпускников к сдаче ЕГЭ и ОГЭ

№	С кем проводится сроки	Мероприятие	ответственный
	Сентябрь-октябрь		
1	администрация, учителя	Выделение группы детей с низким уровнем подготовки к сдаче экзаменов	завучи, классные руководители, педагог-психолог.
	Ноябрь		
2	9 – е, 11 классы	Индивидуальная работа по повышению мотивации подготовки к экзаменам.	педагог-психолог, классные руководители
	Декабрь		
3	9 – е, 11 классы	Индивидуальная работа по повышению мотивации подготовки к экзаменам.	по запросу педагог-психолог
4	11 классы	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к экзаменам (буклеты) и их распространение.	педагог-психолог
5	11 класс	Занятие "Способы снятия нервно-психического напряжения".	педагог-психолог
6	11 класс	Диагностика уровня тревожности.	педагог-психолог
7	учителя	Индивидуальные консультации с классными руководителями и учителями-предметниками	педагог-психолог

		по итогам диагностики экзаменационной тревожности.	
	Январь		
8	9 -е классы	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к экзаменам (буклеты) и их распространение.	педагог-психолог
9	9 -11 классы	Индивидуальная работа по запросу	педагог-психолог
	Февраль		
10	9 – 11 класс	Индивидуальная работа по запросу.	педагог-психолог
11	9 –е классы	Групповые занятия по запросу: "Как психологически подготовиться к экзаменам", "Кинезиологические упражнения для стимуляции познавательных способностей".	педагог-психолог
12	9 классы	Диагностика уровня тревожности.	педагог-психолог
13	учителя	Индивидуальные консультации с классными руководителями и учителями-предметниками по итогам диагностики экзаменационной тревожности.	педагог-психолог
	Март		
14	9, 11 классы	Информация психолога в классные уголки "Советы психолога по подготовке к ГИА"	педагог-психолог
15	родители	Групповое консультирование «Как поддержать ребёнка – выпускника»	педагог-психолог, классные руководители
16	родителям и детям	На школьном сайте материал «Как пережить экзамен»	педагог-психолог
17	9 – 11 класс	Индивидуальная работа с выпускниками с высоким уровнем тревожности	педагог-психолог
	Апрель		
18	9 – 11 классы	Индивидуальные консультации по теме подготовки к экзамену.	педагог-психолог
	Май		
19	родителям и детям	Публикация статей на сайте школы «Как успешно сдать ГИА и ЕГЭ»	педагог-психолог
20	9 – 11 классы	Индивидуальная работа с выпускниками с высоким уровнем тревожности	педагог-психолог
	В течение года		
21	педагоги	Индивидуальное и групповое консультирование педагогов	педагог-психолог
22	педагоги	Выступления на совещаниях по теме: «Психологическая подготовка обучающихся к итоговой государственной аттестации»	педагог-психолог