Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 5

ГО Карпинск

Утверждаю:

директор МАОУ СОШ № 5

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В. Сафронова

Приказ № \_\_\_\_от \_\_\_\_\_\_20\_\_г.

**План работы по психологическому**

**сопровождению обучающихся и их родителей (законных представителей)**

**к ГИА**

**в 2021-2022 учебном году.**

**Педагог - психолог**

**МАОУ СОШ №5**

**А.В. Рейдер**

**Введение.**

Актуальность психологической подготовки к государственной итоговой аттестации трудно недооценить. Это связано в первую очередь с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией для учащихся, родителей и педагогов.

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам для успешной сдачи и получения максимально возможных баллов за экзамен выпускниками. При решении данной задачи психологическая служба школы строит свою работу с учетом трех типов трудностей, с которыми сталкиваются выпускники в процессе подготовки к экзаменам: когнитивные, процессуальные и личностные трудности.

Когнитивные трудности представляют собой особенности психического развития, связанные с особенностями переработки информации, особенностями развития мнемических процессов, мышления, психических процессов. Психологическая работа по преодолению данного типа трудностей будет направлена на развитие основных психических функций и обучение эффективной работе во время проведения экзамена.

Процессуальные трудности – отсутствие полной и четкой информации по самой процедуре сдачи экзаменов. Знание о процедуре прохождения экзамена позволяет выпускнику быть более собранным во время организационных моментов и во время самого экзамена и подготовиться к возможным трудностям, которые могут возникнуть в процессе прохождения государственной итоговой аттестации. При реализации данного типа трудностей срабатывает принцип «Предупрежден – значит вооружен».

Личностные трудности связаны с личностными особенностями развития выпускника – эмоциональная стабильность, интроверсия, организованность работы, уровень тревожности. Работа по преодолению личностных трудностей будет заключаться в проведении обучающих занятий по контролю эмоций, развитию интроверсии, рефлексии, снятия тревожности.

Реализация психологического сопровождения подготовки выпускников к экзаменам ведется по основным направлениям: работа с обучающимися, их родителями (законными представителями) и педагогами образовательного учреждения.

**Цель психолого-педагогического сопровождения:** психологическая подготовка выпускников к ГИА.

**Задачи психолого-педагогического сопровождения:**  
1.Повышение сопротивляемости стрессу.  
2.Отработка навыков поведения на экзамене.  
3.Развитие уверенности в себе.  
4.Развитие коммуникативной компетентности.  
5.Развитие навыков самоконтроля.  
6. Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.  
7.Обучение приемам эффективного запоминания.  
8. Обучение методам работы с текстом.

**Виды (направления) работ по психологическому сопровождению:**

1. Диагностика (индивидуальная и групповая (скрининг).
2. Консультирование (индивидуальное и групповое).
3. Развивающая, коррекционная работа (индивидуальная и групповая).
4. Психологическое просвещение и образование: формирование психологической культуры.
5. Профилактика.

**План работы**

**по психологическому сопровождению выпускников**

**при подготовке к ГИА**

**на 2021 – 2022 учебный год**

**Работа с детьми:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ожидаемые результаты** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА. |  | Сентябрь | Педагог-психолог |
| 2 | Проведение диагностических мероприятий и анализ результатов:  **Примерный перечень диагностик:**  - Диагностика поведенческих стратегий и моделей преодолевающего поведения (шесть стратегий) (С.В. Неделина).  - Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.  - Опросник «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний».  **Дополнительный перечень (проводится по необходимости, по индивидуальным запросам):**  **-** Методика «Прогноз - 2» В.Ю. Рыбников для определения уровня нервнопсихической устойчивости (НПУ) и выявления признаков личностных нарушений и оценки вероятности возникновения нервно-психических срывов.  **-** Тест Е.В. Беспаловой «Твое самочувствие накануне экзаменов».  **-** Методика исследования ригидности.  - Анкета «Готовность к ЕГЭ», автор Чибисова М.Ю.  - Опросник Казанцевой Г.Н. (общая самооценка).  - Тест Спилберга – Ханина, цель выявление уровня тревожности.  - Тесты на развитие внимания («Определение объема внимания», «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания», «Корректурные пробы», таблицы Шульте). | Определение факторов, влияющих на самочувствие, от которого зависит работоспособность учащихся.  Выяснить особенности поведения в сложных (стрессовых) ситуациях, уровень школьной тревожности. | Октябрь – ноябрь  Март-май | Педагог-психолог |
| 3 | Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11 классов с проблемами психологической готовности к ГИА. |  | Ноябрь | Педагог - психолог |
| 4 | Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9-11-х классов по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности. |  | Март-май | Педагог-психолог |
| 5 | Формирование  групп  и занятие с учащимися по формированию психологической готовности к ГИА, планирование  занятий  с  ними.  Примерные тематики практических мероприятий:  - Беседы: «Как лучше подготовиться к занятиям», «Поведение на экзамене», «Память и приемы запоминания», «Методы работы с текстами», «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации», «ЕГЭ и ОГЭ: угрозы и возможности».  - Классный час «Что такое стресс и как с ним бороться?»  - Семинар-практикум «Приёмы саморегуляции при подготовке к ЕГЭ и ОГЭ»  - Практический тренинг «Приёмы, мобилизирующие возможности школьника» | Тренировка познавательных процессов,  Знакомство учащихся со способами снижения тревоги в стрессовой ситуации, с методами саморегуляции.  Обучение старшеклассников приемам самоанализа и мобилизации. | В течение года | Педагог-психолог |
| 6 | Психологическая подготовка учащихся к сдаче ГИА (проведение репетиционного экзамена). |  | Октябрь - февраль | Зам.директора по УВР, классный руководитель,  педагог-психолог |
| 7 | Групповые  и  индивидуальные   беседы с учащимися 9-ых, 11-ых классов по проблемам психологической готовности к ГИА | Повышение уровня знаний в вопросах психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ | В течение года | Педагог-психолог |
| 8 | Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9-11-х классов по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности. |  | Март-май | Педагог-психолог |
| 9 | Информация на сайт «Психологические рекомендации по подготовке к ОГЭ и ЕГЭ». | Информирование участников образовательных отношений | В течение года | Педагог - психолог |

**Работа с педагогами:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Психологический семинар для педагогов по профилактике стрессовых состояний учащихся «Психологическая подготовка к сдаче ГИА» (стратегии работы с детьми). | Март | Педагог - психолог |
| 2 | Работа по запросам педагогов. | В течение года | Педагог - психолог |
| 3 | Разработка  рекомендаций, памяток  для  педагогов. | Февраль | Педагог - психолог |
| 4 | Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся. | В течение года | Педагог – психолог  Классный руководитель  Учителя - предметники |
| 5 | Подготовка методических рекомендаций учителям - предметникам, классным руководителям по подготовке выпускников к ГИА. | В течение года | Педагог - психолог |

**Работа с родителями:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
| 1 | Оформление  информационного  стенда, наглядных  материалов для учащихся и родителей. | Февраль | Педагог - психолог |
| 2 | Выступление  на  родительском  собрании «Психологический комфорт в семье во время экзаменов». | Апрель | Педагог - психолог |
| 3 | Разработка  рекомендаций, памяток  для  родителей. | Март | Педагог - психолог |
| 4 | Работа по запросу родителей. | В течение года | Педагог - психолог |
| 5 | Информация на сайт «Психологические рекомендации по подготовке к ГИА». | В течение года | Педагог - психолог |