

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Батракова И.А.
Приказ № от « » _____ 2024 г.

**Психологическое сопровождение обучающихся 9, 11 классов к
государственной итоговой аттестации в форме ОГЭ, ЕГЭ
МОУ СОШ пос. Титово 2024-2025 уч. г.**

Педагог-психолог: Сендикаева Д.К.

2024 г.

Пояснительная записка

Государственная итоговая аттестация - это объективная оценка качества образовательной подготовки выпускников, обеспечение преемственности между общим и профессиональным образованием, государственный контроль и управление качеством общего образования на основе независимой оценки уровня подготовки выпускников, разгрузка выпускников - абитуриентов за счёт сокращения числа экзаменов, в том числе вступительных при поступлении в ВУЗы, ССУЗы.

Психологическая подготовка старшеклассников к сдаче выпускных экзаменов ГИА является одним из основных и приоритетных направлений работы педагога-психолога, результатом проведения работы на протяжении всего периода обучения, а не последних дней или месяцев работы. Организация системного подхода в выявлении и проработке возникающих у обучающихся трудностей на разных этапах обучения является главной задачей в работе педагога-психолога.

Психологическое сопровождение и подготовка обучающихся 9, 11 классов к государственной итоговой аттестации (ЕГЭ, ОГЭ).

Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех субъектов образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей. Проблемы психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматриваются, прежде всего, через трактовку понятия «готовность».

Под психологической готовностью подразумевают эмоциональный «настрой», внутреннюю психологическую настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализацию и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена.

Педагогическая готовность включает в себя знания, умения и навыки по предмету. Личностная готовность – это опыт, особенности личности, необходимые для прохождения процедуры итоговой аттестации.

Целью психологической подготовки обучающихся является выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ, а так же позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, то есть будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Цель сопровождения: формирование системы психолого-педагогического сопровождения обучающихся при подготовке к ГИА (ЕГЭ, ОГЭ), способствующей созданию социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития каждого школьника.

Задачи психологического сопровождения:

1. Осуществлять ресурсно-ориентированный поиск сильных сторон и путей их использования на этапе подготовки обучающихся при подготовке к ГИА (ЕГЭ, ОГЭ) и на самом экзамене;

2. Применять технологически-ориентированные методы и приемы с целью формирования соответствующих психотехнических навыков саморегуляции и самоконтроля, последовательности действий, обеспечивающих успешность выпускника.

3. Использовать системный подход в выявлении и проработке возникающих у обучающихся трудностей на разных этапах обучения, осуществляя основную часть работы по психологической готовности обучающихся не накануне экзаменов, а значительно раньше, отработывая отдельные детали при сдаче зачетов и в других случаях, не столь эмоционально напряженных.

Методы и техники, используемые на занятиях:

Наблюдение

Дискуссии.

Релаксационные методы.

Метафорические притчи и истории.

Беседы

Упражнения с элементами арттерапии.

Диагностические методики

Задачи:

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 приёмам эффективного запоминания

Субъекты программы: выпускники 9-х и 11-х классов, их родители, учителя.

Программа включает 5 направлений:

1. Диагностическое направление.
2. Психокоррекционная и развивающая работа со школьниками.
3. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.
4. Профилактическая работа.
5. Организационно-методическая работа.

Ожидаемые результаты:

Психологическая готовность участников ОГЭ и ЕГЭ:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Развитие концентрации внимания.
3. Развитие чёткости и структурированности мышления.
4. Повышение сопротивляемости стрессу.
5. Развитие эмоционально-волевой сферы.
6. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
7. Развитие навыков конструктивного взаимодействия (и всех психических процессов, необходимых при сдаче ЕГЭ и ГИА).

**План работы педагога-психолога по формированию психологической
готовности выпускников**

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Работа с учащимися 9-11-х классов Диагностика.	1. Тест Филлипса.	Выявление уровня тревожности выпускников.	ноябрь	Психолог
		2 Анкета «Психологическая готовность учащихся к ОГЭ и ЕГЭ» М.Ю. Чибисова	Выявление уровня стресса у выпускников.	декабрь	Психолог
		3.«Диагностика уровня самооценки личности» Г. Н.	Выявление уровня самооценки	февраль	Психолог

		Казанцевой.			
2.	Индивидуальные и групповые занятия, беседы (по запросу)	1. Как лучше подготовиться к экзаменам	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	ноябрь	Психолог
		2. Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена.	ноябрь	Психолог
		3. Память и приёмы запоминания.	Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти	декабрь	Психолог
		4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	январь	Психолог
		5. «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации». Сказка «Страус»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации.	февраль	Психолог
	Тренинг	«ГИА: с чувством, с толком, с расстановкой» (9кл) «Как сохранить спокойствие» (11кл.)	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему.	март-апрель	Психолог
3.	Работа с родителями выпускников	1.«Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять стрессу».	– познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе единого государственного экзамена; – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	февраль-март	Психолог
	Консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ЕГЭ и ГИА.	в течение года	Психолог
4.	Работа с классными руководителями.	Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА	Рекомендации учащимся по подготовке к экзаменам.	в течение года	Психолог, классные руководители
5.	Нормативная документация	Составление и утверждение плана		сентябрь	Психолог

		работы по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА.			
--	--	---	--	--	--

Используемая литература

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005. – 271 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М.: Ось-89. 2003. – 224 с.
3. Грачева Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования. – СПб.: Речь, 2004. – 120 с.
4. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
5. Стебенева Н., Королева Н. Программа психолого-педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к единому государственному экзамену "Путь к успеху"
5. Шевцова И.В. Тренинг личностного роста. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.