

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
 / Т.В. Синиченко/



**План работы**  
**педагога-психолога МБОУ ШИ № 133**  
**по психолого – педагогическому сопровождению обучающихся при подготовке к ГИА**  
**на 2021 – 2022 учебный год**

Сопровождение учащихся в период подготовки к экзаменам является важным направлением работы педагога – психолога. Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех участников образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей. Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается: общая эмоциональная готовность принятия ситуации, внутренняя психологическая настроенность на определённое поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Психологическая подготовка субъектов образовательного процесса включает формирование положительного отношения к ГИА, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие значимых психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ГИА. Выпускники должны научиться преодолевать свой страх, научиться приёмам мобилизации и концентрации. Сам экзамен предполагает, что ученики должны быть адаптированы в обществе, так как подвергаются внешней экспертизе со стороны общества и отчитываются о результатах своей учебы перед ним. Это один из самых значимых шагов к социализации и адаптации в обществе.

**Цель:** сопровождение выпускников в подготовке к государственной итоговой аттестации, как условие их дальнейшей успешной социализации и адаптации в обществе.

**Задачи:**

- выработать с учащимися оптимальную стратегию подготовки к ГИА, осознать свои сильные и слабые стороны;
- отработать навыки уверенного поведения вовремя ГИА, навыки самоконтроля с опорой на внутренние резервы;
- оказать помощь в осознании собственной ответственности за поступки, обучить навыкам конструктивного взаимодействия, анализу своих установок;
- обеспечить коррекционно – развивающую работу с учащимися «группы - риска»;
- провести консультативную работу с учащимися, имеющими проблемы при подготовке к ГИА;
- оказать методическую и консультативную помощь педагогам и родителям в процессе подготовки обучающихся к ГИА;
- разработать психолого-педагогические рекомендации обучающимся, педагогам и родителям;

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1	Нормативная документация	Составление и утверждение плана работы по подготовке выпускников к ГИА	Сопровождение выпускников по подготовке к государственной итоговой аттестации	сентябрь	Педагог-психолог
2	Работа с учащимися 9,11-х классов	1. Анкета. Готовность к ГИА М.Ю. Чибисовой. 2. Групповое занятие № 1 Программа психолога – педагогического сопровождения	Осведомлённость учащихся о процедуре экзамена. Готовность к ГИА глазами самих учеников	октябрь	Педагог-психолог
		1. Тест «Подвержены ли вы экзаменационному стрессу» О.В. Ерёмкина. 2. Групповое занятие №2. «+» и «-» экзамена	Психологическая поддержка.  Создание позитивных установок у группы на дальнейшее обсуждение темы ГИА	ноябрь	Педагог-психолог
		1. Диагностика общей самооценки (опросник Г.Н. Казанцевой) 2. Групповое занятие №3. Способы снятия нервно – психического напряжения.	Психологическая поддержка.  Обучение приёмам релаксации и снятия нервно- мышечного напряжения. Снятие тревожности.	декабрь	Педагог-психолог
		1. Групповое занятие № 4 «Как справиться со стрессом на экзамене».	Психологическая поддержка. Знакомство с эффективными кратковременными средствами борьбы со стрессом.	январь	Педагог-психолог
		1. Диагностика уровня тревожности в ситуации	Психологическая поддержка.	февраль	Педагог-психолог

		<p>проверки знаний. А.Ю. Барышев</p> <p>2. Групповое занятие № 5 «Как бороться со стрессом»</p>	<p>Знакомство с эффективными кратковременными средствами борьбы со стрессом</p>		
		<p>1. Групповое занятие № 6 «Память и приёмы запоминания»</p> <p>2. Индивидуальная работа с выпускниками с высоким уровнем тревожности 9,11 класс</p>	<p>Психологическая поддержка.</p> <p>Знакомство с методами активного запоминания.</p>	март	Педагог-психолог
		<p>1. Групповое занятие № 7 «Как управлять негативными эмоциями».</p>	<p>Психологическая поддержка</p> <p>Обучение способам избавления от негативных эмоций.</p> <p>Снятие эмоционального напряжения</p>	апрель	Педагог-психолог
		<p>Аутотренинг «Снятие нервного напряжения во время подготовки и проведения экзаменов»</p>	<p>Психологическая поддержка</p>	май	Педагог-психолог
<b>3</b>	<b>Практическая работа</b>	<p>Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ГИА</p>	<p>Дать рекомендации по подготовке к экзаменам</p>	<p>В течение учебного года</p>	Педагог-психолог
<b>4</b>	<b>Работа с родителями выпускников</b>	<p>1. «Психологические особенности подготовки к ГИА».</p> <p>«Как противостоять стрессу».</p> <p>2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки</p>	<p>Познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации;</p> <p>Проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям;</p> <p>Дать рекомендации родителям по</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Зам. директора по УВР.</p> <p>Педагог-психолог</p>

			оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.		
5	<b>Индивидуальное консультирование</b>	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ГИА.	В течение учебного года	Педагог-психолог
6.	<b>Работа с учителями - предметниками</b>	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся (по запросу)  Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ГИА. Памятка.  Выявление уровня психологической готовности учителей к проведению ОГЭ и ЕГЭ.	Выработка оптимальной стратегии подготовки к экзаменам.  Обучение способам избавления от негативных эмоций.	В течение учебного года	Педагог-психолог
7.	<b>Работа с классными руководителями.</b>	Психологическая помощь в период подготовки к ГИА  Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников ГИА. Памятка.  Работа с классными руководителями выпускных классов по созданию психологического комфорта в классе в предэкзаменационный и экзаменационный период	Разработка единых подходов по подготовке учащихся по подготовке к экзаменам.  Психологическая поддержка	В течение учебного года	Педагог-психолог.

	Индивидуальные и групповые консультации	Снятие эмоционального напряжения		
--	-----------------------------------------	----------------------------------	--	--

**Планируемые результаты:**

Планируемые результаты	Показатель
План работы по подготовке выпускников к ГИА	Наличие плана
<b>Психологическая готовность участников ОГЭ:</b> - снижение уровня тревожности. - развитие концентрации внимания. - развитие чёткости и структурированности мышления. - повышение сопротивляемости стрессу. - развитие эмоционально-волевой сферы. - развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы. - развитие навыков конструктивного взаимодействия.	Результаты анкетирования, диагностик, опросов, наблюдения
рекомендации выпускникам по подготовке к ГИА	Наличие рекомендаций
<b>Психологическая готовность родителей:</b> -повышение сопротивляемости стрессу -снижение уровня тревожности	Результаты опроса и наблюдения
<b>Психологическая готовность учителей к проведению ОГЭ и ЕГЭ.</b> <b>Приобретение навыков избавления от негативных эмоций.</b>	Результаты опроса и наблюдения
Умение классных руководителей создавать психологический комфорт в период подготовки к ГИА. (предэкзаменационный и экзаменационный период)	Результаты опроса и наблюдения