

**План работы педагога-психолога
по подготовке 9, 11 классов к ГИА (ЕГЭ)
МБОУ гимназии № 82
на 2018-2019 учебный год**

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ГИА и ЕГЭ для успешной сдачи и получения максимально возможных баллов за экзамен выпускниками.

Цель психологической подготовки – выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ и позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, т.е. будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Цель: оказание психологической помощи выпускникам 9, 11-ых классов и их родителям в подготовке к ГИА и ЕГЭ.

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ГИА и ЕГЭ: отработать навыки самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развить внимание, память, мышление.

2. Снизить уровень тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.

3. Содействовать адаптации учащихся к процессу проведения ГИА и ЕГЭ.

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемый результат	Сроки
1.	Организационно-методическая работа. <i>Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.</i>		
1.1	Ознакомительные беседы в 9, 11 кл.		
	1.2. Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11 классов с проблемами психологической готовности к ГИА и ЕГЭ. 1.3. Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей. 1.4. Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.	1. Формирование психологической готовности к ГИА и ЕГЭ по ее трем компонентам (познавательному, личностному и процессуальному). 2. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ГИА и ЕГЭ.	в течение года
1.5.	Нормативная документация	Оформление документации	февраль
		Составление и утверждение графика работы по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА.	сентябрь
		Справка о результатах проведения диагностики	февраль
2.	Диагностическое направление <i>Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА и ЕГЭ</i>		
	1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА и ЕГЭ. 2. Отбор критериев и показателей по трем компонентам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ (самоорганизация и самоконтроль,	

	3. Проведение диагностики. 4. Анализ полученных результатов.	познавательные процессы – познавательный компонент, тревожность – личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ – процессуальный компонент).	
	Анкета «готовность к ЕГЭ» Чибисова М.Ю.	Выявление уровня психологической готовности к ЕГЭ и ГИА	январь
	Опросник Казанцевой Г.Н.	Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет общей самооценки	сентябрь – 9кл., ноябрь – 11кл.
	Тест «Структура школьной мотивации»	Выявление мотивации обучения	октябрь
	Тест Спилберга	Выявление уровня тревожности	ноябрь
	Тест « Угрожает ли вам нервный срыв?»	Выявление уровня нервного срыва	
	Тест «Стресс»	Выявление уровня стресса у выпускников.	
	Тест «Моральная устойчивость»	Выявление уровня моральной устойчивости.	
	Методика «карта интересов». Опросник Голланда.	Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет профессиональных планов и намерений (профориевационная работа).	
	Тесты на развитие внимания («Определение объема внимания», «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания», «Корректирующие пробы Бурдона»)	Диагностика учащихся 9 и 11 классов на предмет развития внимания	
	Тест «Цезарь»	Диагностика объема оперативной памяти	
	Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана	Определение уровня развития волевой саморегуляции	
	Диагностика типа восприятия		
3.	Цикл практических занятий <i>Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и ЕГЭ и решения психологических проблем учащихся.</i>		
	1. 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. 2. Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции. 3. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	1. Развитие познавательных процессов (памяти, внимания учащихся). 2. Овладение учащимися приемами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.	
	Подготовка методических рекомендаций выпускникам по подготовке к ЕГЭ и ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	
4.	Индивидуальные и групповые занятия (по отдельному графику)		

	Темы:		
	Знакомство	Формирование положительного настроения на работу	октябрь
	Как лучше подготовиться к занятиям	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	октябрь
	Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена	ноябрь
	Память и приемы запоминания	Знакомство с приемами запоминания, характеристиками памяти	ноябрь
	Память и приемы запоминания	Обучение работе с текстами, отработка полученных навыков	Ноябрь
	Методы работы с текстами	Помочь учащимся понять, какие приемы работы с текстом можно использовать в ходе подготовки к экзаменам по тем или иным учебным предметам	декабрь
	«Планирование повторения учебного материала к экзамену»	Дать рекомендации по повторению учебного материала	декабрь
	«Эффективные способы запоминания большого объема учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объема материала	январь
	«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации	февраль
	ЕГЭ и ГИА: угрозы и возможности.	Проектирование индивидуального маршрута для подготовки к экзаменам	ноябрь
	Сказка «Страус»	Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации; Коррекция страхов.	февраль
	Психологическая подготовка к ЕГЭ и ГИА.	Дать рекомендации по психологической подготовке к экзаменам	в течение года
5.	Тренинг:		
	Тематическое планирование программы занятий по подготовке 9,11 классов к ГИА (ЕГЭ) с элементами психологического тренинга.	Отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам ГИА (ЕГЭ), повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов	в течение года
6.	Работа с родителями выпускников:		
	Собрание «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; –проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям; –дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	
6.1	Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА	дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	февраль
6.2	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам,	Оказание помощи по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА	в течение года

	связанных с ЕГЭ, ГИА		
7.	Работа с учителями-предметниками		
	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся	выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ, ГИА	в течение года
	Подготовка методических рекомендаций учителям –предметникам по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА	– дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	
9.	Работа с классными руководителями.		
	Совместный контроль подготовки к ЕГЭ, ГИА	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам	в течение года
	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА	Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	октябрь

Основными направлениями психологической подготовки субъектов образовательного процесса к сдаче ГИА и ЕГЭ являются:

диагностическое – определение уровня психологической готовности у выпускников и ее коррекция;

информационное – психологическое просвещение всех субъектов образовательного процесса в плане трудностей ГИА и ЕГЭ и необходимости вести психологическую подготовку.

Диагностическое направление:

Методику изучения уровня психологической готовности у выпускников училища составляют две группы методов.

Первая группа методов направлена на оценку психологической готовности к ЕГЭ с позиций самих выпускников и их родителей.

Метод анкетирования: 1) анкета «Готовность к ЕГЭ»; 2) анкета «Определение выпускников группы риска».

Вторая группа методов направлена на изучение развития внимания, памяти, мышления и волевой саморегуляции выпускников. Рекомендуем использовать следующие методики:

1. Тесты на развитие внимания («Определение объема внимания» , «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания» , «Корректирующие пробы Бурдона»
2. Тест «Цезарь» для диагностики объема оперативной памяти.
3. Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Определение уровня развития волевой саморегуляции».

Практические занятия, направленные на психологическую подготовку выпускников по прохождению ГИА и ЕГЭ предполагают следующие формы работы психолога:

- групповые занятия – тренинги;
- игры – драматизации (овладение процедурой ГИА на стимулированном материале);
- индивидуальные консультации;

Формы работы с родителями:

- фронтальные: тематические родительские собрания.
- индивидуальные: консультации (в том числе совместные с выпускником).

Направления работы с педагогами:

- обсуждение и коррекция нереалистических установок на тестовую форму ГИА;
- взаимодействие в разработке индивидуальной стратегии по психологической подготовке выпускников (учитель - эксперт);
- ознакомление педагогов с психологической спецификой ГИА в целом и трудностями отдельных групп выпускников;
- знакомство с психологическими характеристиками выпускников (по результатам диагностических исследований);
- взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психологических процессов у отдельных учащихся, необходимых для успешного прохождения экзаменационных испытаний.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня тревожности у всех субъектов ГИА и ЕГЭ .
2. Развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников училища.
3. Повышение сопротивляемости стрессу.
4. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
5. Устранение психологических факторов, негативно влияющих на результаты экзамена.

Итак, важно отметить, что психологическая подготовка дает важное преимущество при прохождении ГИА и сдаче ЕГЭ. Кроме развития познавательных процессов (восприятия, памяти, внимания, мышления и др.), она формирует психологическую устойчивость к стрессам. При этом полученные выпускниками психологические знания и умения в дальнейшем могут применяться и в их дальнейшей службе и личной жизни.