

Директор



Утверждаю

Ханчич С.В.

2019 г.

**Программа психологического сопровождения  
участников образовательного процесса к  
государственной итоговой аттестации (ОГЭ и ЕГЭ) на  
2019-2020 учебный год**

Педагог-психолог

Цветкова А.В.

## Пояснительная записка

Актуальность проблемы обусловлена тем, что сдача ОГЭ и ЕГЭ в форме тестирования является обязательной процедурой для всех выпускников школ России, она обеспечивает объективную оценку качества результата обучения по учебным дисциплинам в соответствии с государственными образовательными стандартами. В связи с изменением формы итоговой аттестации актуальной стала подготовка участников образовательного процесса к прохождению аттестации.

Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех субъектов образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей. Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается определенный эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное 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 ОГЭ и ЕГЭ, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие определенных психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ОГЭ и ЕГЭ.

**Цель программы** – оказание психолого – педагогической помощи участникам образовательного процесса в подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.

Программа реализуется в течение учебного года.

Поставленная цель достигается за счёт последовательного решения следующих **задач**:

1. Познакомить выпускников с особенностями и процедурой ЕГЭ для снижения тревоги и повышения интереса к результатам экзамена;
2. Научить справляться с психологическими трудностями при подготовке и сдаче экзаменов;
3. Развить умение адекватно оценить свои возможности, планировать и распределять время;
4. Освоить на практике методы саморегуляции, методы снижения напряжения и самоподдержки;
5. Повысить самооценку учащихся, уверенность в себе и в положительном результате сдачи экзамена.

**Участники программы:** педагог-психолог, классные руководители, учителя-предметники, родители, обучающиеся 9-11 классов.

**Формы работы педагога-психолога:**

1. Профилактические и просветительские беседы.
2. Занятия с элементами тренинга.
3. Консультирование участников образовательного процесса.
4. Наблюдение за обучающимися на уроках и во внеурочное время.
5. Первичная диагностика, проведение итоговой диагностики.

6. Оформление тематического стенда. Выпуск буклетов, памяток, информационных листов.

**Этапы и сроки реализации программы:** Работа по психологической готовности к ЕГЭ и ОГЭ осуществляется в три этапа.

### **1.Этап подготовительный.**

Информационное – психологическое просвещение всех субъектов образовательного процесса в плане трудностей ОГЭ и ЕГЭ и необходимости вести психологическую подготовку. Проведение групповых и индивидуальных консультаций родителей (групповая консультация в форме родительского собрания, индивидуальные консультации проводятся для родителей, чьи дети могут испытывать трудности в период подготовке к экзаменам). Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности (самоорганизация и самоконтроль, познавательные процессы – **познавательный компонент**, тревожность – **личностный компонент**, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ – **процессуальный компонент**).

### **2.Этап основной.**

Этот этап — самый сложный для учащихся и самый ответственный для взрослых (учителей и родителей). В рамках данного этапа предполагается:

- формирование групп учащихся, имеющих проблемы в обучении и психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ;
- проведение цикла психологических занятий для учащихся 9-11-х классов по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности;
- обучение учащихся релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции;
- групповые и индивидуальные консультации участников образовательного процесса: «Психологическое сопровождение ОГЭ и ЕГЭ», «Психологический комфорт в семье во время экзаменов», «Пути достижения успеха на экзамене».

### **3.Этап аналитико-обобщающий.**

Составление педагогом-психологом аналитических материалов об особенностях, обучающихся с целью формирования рекомендаций учителям — предметникам, классным руководителям 9 -11-х классов. Критериями оценки эффективности программы выступает то, что анализ проведенной работы будет производиться на основе сопоставления результатов проведенных диагностик до начала реализации программы и по ее завершению. Будет видно, насколько снизился уровень тревожности, как развились те или иные психические функции. Косвенной оценкой будет являться улучшение результатов ОГЭ и ЕГЭ у выпускников.

### **Ожидаемые результаты:**

- развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников;
- снижение уровня тревожности у всех субъектов образовательного процесса;

- знание особенностей своего характера, умение использовать его сильные стороны, компенсировать слабые;
- знание и умение использовать свою ведущую анализаторную систему, т.е. систему, при помощи которой обучающемуся легче всего воспринимать учебный материал;
- развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы;
- осознанное принятие на себя ответственности за подготовку и результат сдачи экзаменов;
- готовность к эмоциональному принятию результатов ЕГЭ и способность построить «план Б» в случае неуспешной сдачи экзамена.

### **Структура программы:**

- План работы педагога-психолога по формированию психологической готовности выпускников.
- Диагностический аспект.
- Психологические занятия по формированию психологической готовности выпускников.

#### **1. Работа с учащимися**

Выделяют следующие цели организации психологического сопровождения учеников в рамках психологической подготовки к экзаменам в форме ОГЭ и ЕГЭ:

1. Ознакомление с процедурой.
2. Формирование адекватного реалистичного мнения о ОГЭ и ЕГЭ.
3. Формирование конструктивной стратегии деятельности на экзамене.
4. Развитие основных навыков, необходимых для успешной сдачи экзаменов.

Психологическое сопровождение учеников реализуется следующими способами:

1. Психологическая диагностика. Проведение фронтальной диагностики учащихся выпускных классов: выявление детей группы риска, диагностика уровня тревожности. По результатам проведенной диагностики школьный педагог-психолог составляет программу коррекционной работы и программу психологического сопровождения. Работа с группой поддержки может вестись в рамках индивидуальных или групповых консультаций, проведения тренинговых занятий корректирующей направленности.
2. Индивидуальное и групповое консультирование учащихся. Проведение консультативной работы с выпускниками по преодолению трудностей и развитию навыков, способствующих эффективной сдаче ОГЭ и ЕГЭ: снятие тревожного состояния, обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей;

3. Тренинговые занятия с учащимися. Групповые занятия по контролю эмоций, преодолению стрессового состояния (личностные трудности), ознакомлении с процедурой сдачи экзаменов.

4. Информационная поддержка. Составление, выпуск различной информационной литературы – буклеты, памятки, брошюры. В рамках данного направления также рекомендуется оформление информационного стенда для учеников («Сдаем ОГЭ и ЕГЭ», «В день экзамена» и т.п.).

## **2. Работа с учителями**

Успешность программы психологического сопровождения подготовки к экзаменам в формате ОГЭ и ЕГЭ зависит от комплексного подхода к решению данной проблемы в рамках не столько именно психологической работы, сколько в рамках психолого-педагогического взаимодействия школы и выпускника. Особенно важным следует считать блок психологической поддержки учителей, выпускающих своих учащихся на экзамены. От знания психологических особенностей развития и трудностей, возникающих у выпускников в процессе подготовки к экзаменам, зависит выбор стратегии их поддержки не только школьным психологом, но и учителем.

В реализации данного направления используются следующие формы работы:

1. Индивидуальное и групповое консультирование. Использование данной формы работы позволяет раскрыть перед учителями важные вопросы психологической подготовки выпускников к экзаменам в формате ОГЭ и ЕГЭ.

2. Участие в педсоветах.

3. Составление (совместно с педагогами) рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в школьном обучении для учителей, родителей и других лиц.

4. Информационная поддержка. Как и в случае работы с учениками, информационная поддержка учителей заключается в выпуске материалов в печатном, электронном виде ориентированных на педагогов: памятки, буклеты и другой литературы. Содержание информационных материалов может раскрывать следующие темы: создание благоприятной атмосферы в классе во время урока, методы эффективного взаимодействия с детьми группы риска, обучение контролю стрессовых состояний и т.п.

## **3. Работа с родителями (законными представителями) учащихся**

Еще одним направлением работы школьного педагога-психолога является взаимодействие с родителями выпускников. Очень часто родители сами находятся в состоянии тревожности, стресса, когда их ребенок должен сдавать выпускные экзамены. Это состояние легко может быть

транслировано на детей, приводя к возникновению неблагоприятных состояний у выпускников.

К тому же, родители могут служить транслятором психологического воздействия на детей в рамках создания благоприятной атмосферы во время подготовки к экзаменам, снижению стрессовых состояний, преодолении трудностей различного происхождения. Родители могут помочь детям правильно организовать время подготовки, распределить нагрузку, снизить тревожное состояние.

**Необходимо отметить, что в общеобразовательном учреждении обучаются учащиеся с ограниченными возможностями здоровья, а также инвалиды. Данная категория учащихся проходит ГИА по своему желанию и согласию родителей (законных представителей) в форме ГВЭ. Работа с детьми ОВЗ и инвалидами и их родителями (законными представителями) по подготовке к ГИА строится педагогом-психологом школы в индивидуальном порядке.**

**Ожидаемые от реализации данной программы результаты:**

1. Снижение уровня тревожности у всех субъектов ГИА.
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.

	<b>Вид работы</b>	<b>Классы</b>	<b>Сроки проведения мероприятия</b>	<b>Ответственный за проведение</b>
1	Классные часы	9-е, 11-е классы	Октябрь Декабрь Февраль Май	Классный руководитель, педагог-психолог
2	Психологическая диагностика 1. Диагностика уровня тревожности; 2. Диагностика познавательных процессов (внимание, память, мышление); 3.Посещение уроков с целью наблюдения индивидуального стиля деятельности обучающихся.	9-е, 11-е классы	Ноябрь	Педагог-психолог
3	Психологический тренинг	9-е, 11-е классы	Январь Февраль	Педагог-психолог
4	Анкетирование 1. Первичное анкетирование с целью выявления интересов и желаний обучающихся по выбору предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ 2. Анкетирование учащихся «Готовность к ЕГЭ» 3. Анкетирование педагогов (Разработка рекомендаций)	9-е, 11-е классы	Октябрь Январь Май	Педагог-психолог
5	Индивидуальные и психологические консультации учащихся	9-е, 11-е классы	В течение учебного года по запросу	Педагог-психолог
6	Проведение родительских собраний: Информирование родителей о порядке подготовки и проведения ОГЭ И ЕГЭ (нормативные документы, КИМы, сайты, правила поведения на экзамене и др.) Выступление психолога на родительских собраниях (рекомендации родителям: как помочь ребенку подготовиться и успешно сдать экзамены)	9-е, 11-е классы	Октябрь Декабрь Февраль Май	Классный руководитель, педагог-психолог
7	Психологическое консультирование родителей и	9-е, 11-е классы	В течение учебного года	Педагог-психолог

	педагогов		по запросу	
8	Информирование и психологическое просвещение 1. Оформление информационного стенда «Подготовка к экзаменам» 2. Оформление стенда «Психологическая подготовка к экзаменам»	9-е, 11-е классы	В течение учебного года по запросу	Педагог-психолог