

План работы по психолого - педагогическому сопровождению обучающихся 9-х и 11-х классов при подготовке к ГИА

Государственные экзамены в 11 и в 9 классах радикально отличается от привычной формы проверки знаний. Наиболее значимые характеристики, которые требуются в процессе их сдачи:

- высокая мобильность, переключаемость;
- высокий уровень организации деятельности;
- высокая и устойчивая работоспособность;
- высокий уровень концентрации внимания, произвольности;
- четкость и структурированность мышления, комбинаторность;
- сформированность внутреннего плана действий.

При подготовке и проведению итоговых государственных экзаменов в форме ГИА можно выделить основные направления работы школы в ходе психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса:

1. Просветительское
2. Диагностическое
3. Консультативное
4. Профилактическое
5. Аналитическое.

Цель: оказание психологической помощи обучающимся при подготовке и сдаче к ГИА.

Задачи:

1. Знакомство выпускников с особенностями и процедурой ГИА для снижения тревоги и повышения интереса к результатам экзамена.
2. Овладение учащимися способами регуляции эмоционального состояния, способами релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышения сопротивляемости стрессу.
3. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы;
4. Самодиагностика психологических особенностей, уровня тревожности и компетентности в подготовке к итоговой аттестации.

5. Обучение учащихся способам самомотивирования и реагирования на негативные эмоции

6. Стимулировать самостоятельный поиск путей профилактики, предупреждения и преодоления негативного влияния интенсивной учебной деятельности на организм.

Формы и методы работы.

Оптимальная форма фронтальной психологической подготовки выпускников к ЕГЭ - психолого-педагогические занятия с элементами тренинга.

На занятиях не происходит обучение технологиям, но и формируются позитивные установки, помогающие эффективно сдавать экзамены и справляться с любыми стрессовыми ситуациями в жизни. В процессе занятий каждый участник пополняет свою «копилку» представления о ГИА: «чем лично для меня ГИА лучше традиционного экзамена»: «что лично мне помогает чувствовать себя увереннее (мои ресурсы)». Формы работы: групповая дискуссия, разбор конкретных ситуаций на экзаменах, отработка умений и навыков в специальных упражнениях, групповое обсуждение, информирование, психогимнастика, «мозговой штурм», освоение техник саморегуляции, самоподдержки в специальных упражнениях.

Этапы реализации плана психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса при проведении государственной (итоговой) аттестации

I. Подготовительный этап (реализация информационно-аналитической, мотивационно-целевой, плано-прогностической функции)

Фронтальная подготовка учащихся, предоставляющая им необходимую информацию о правилах и нормах процедуры ЕГЭ и ГИА и направленная на выработку индивидуального стиля работы.

1. Тестирование учащихся 11-х, 9-х классов с целью выявления уровня школьной тревожности, самочувствия, активности, настроения, индивидуальных интеллектуальных и психологических особенностей, для построения дальнейшей коррекционной работы.

2. Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.

4. Психологические коррекционные занятия «Экзамен как повод поиграть»

5. Психологическое просвещение через групповые консультации

6. Контрольно-измерительные материалы. Структура, правила работы.

7. Репетиционный экзамен.

II. Выработка индивидуальных стратегий поддержки для конкретных учащихся с учетом их индивидуальных особенностей.

1. Индивидуальные психологические консультации тревожных учащихся.

2. Индивидуальные психологические консультации учащихся, находящихся на индивидуальном обучении.

3. Индивидуальные психологические консультации учащихся с низкой самооценкой.

4. Индивидуальные психологические консультации демонстративных учащихся

5. Индивидуальные психологические консультации трудных учащихся

6. Составление рекомендаций для учащихся, педагогов и родителей по результатам психологических исследований.

III. Привлечение родителей: ознакомление со спецификой итоговых аттестаций.

1. Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.

2. Групповые консультации на родительских собраниях «Психологическая помощь при подготовке к ЕГЭ» «Как помочь своему ребенку при подготовке и во время итоговой аттестации»

3. Индивидуальные консультации родителей по возникшим проблемам, связанным со сдачей экзаменов.

4. Индивидуальное собеседование родителей и учащихся с администрацией школы, с учителями- предметниками по вопросам прохождения итоговой аттестации.

IV. Проведение ЕГЭ и ГИА (реализация организационно — исполнительской, контрольно — диагностической функций).

1. Педагогический совет «Формирование мотивационных установок субъектов образовательного процесса к организации и проведению ЕГЭ и ГИА».

2. Индивидуальные консультации педагогов по способам обеспечения благоприятной психологической атмосферы при проведении ЕГЭ.

3. Производственное совещание с рекомендациями по психологическому сопровождению процесса подготовки к ЕГЭ и ГИА в школе.

4. Психологическая поддержка учащихся при проведении ЕГЭ непосредственно перед экзаменом.

V. Анализ результатов и выработка предложений по подготовке к итоговой аттестации в форме ГИА и ЕГЭ.

1. Анализ проведения репетиционных экзаменов.

2. Выработка рекомендаций.

3. Анализ возникших психологических и педагогических проблем при подготовке и проведении итоговой аттестации и определение путей работы по психолого-педагогическому сопровождению учащихся на следующий учебный год.

Ожидаемые результаты:

- усвоение психологических основ сдачи экзамена;
- освоение техник саморегуляции;
- освоение приемов планирования рабочего времени на экзамене;
- формирование позитивного отношения к процессу сдачи экзаменов;
- повышение сопротивляемости стрессу;
- развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Работа с учащимися 9-11-х классов Диагностика.	1. Сильные стороны и трудности.	Выявление уровня тревожности выпускников.	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог
2	Тренинг «Экзамены без стресса» 9 класс	1 «+» и «-» экзамена 2 Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене. 3 Способы снятия нервно – психического напряжения 4 Формирование положительного эмоционального фона	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения.	1 февраля	Педагог-психолог
3.	Индивидуальные и групповые занятия (по запросу)	1. Как лучше подготовиться к экзаменам	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	октябрь	Классные руководители
4.		2. Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена.	ноябрь	Социальный педагог
5.		3. Память и приёмы запоминания.	Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти	декабрь	Педагог-психолог
6.		4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	январь	Педагог-психолог
7.		5. «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации».	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в	февраль	Педагог-психолог Соц.педагог

			кризисной ситуации.		
8.	Тренинг «Экзамены без стресса» 11 класс	1 «+» и «-» экзамена 2 Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене. 3 Способы снятия нервно – психического напряжения 4 Формирование положительного эмоционального фона	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приемам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения.	13 марта	Педагог-психолог
9.	Тестирование.	На определение стрессоустойчивости личности 9 и 11 класс		18 марта	Педагог-психолог
10.	Диагностика «Психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов»			14 апреля	Педагог-психолог
11.	Практикум с педагогами на тему: «Помощь педагогов обучающимся при подготовке к экзаменам»			21 апреля	Педагог-психолог Социальный педагог
12.	Тренинг «Повышения уверенности в себе» 9, 11 класс			4 мая	Педагог-психолог Социальный педагог
13.	Работа с родителями выпускников	1. «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять	– познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе единого государственного	Апрель-май	Психолог совместно с зам. директора по УВР

		стрессу».	экзамена; – проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям; – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.		
14.	Практическа я работа	2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки	– дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	В течение года	Педагог- психолог Социальный педагог
15.	Работа с классными руководител ями.	Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА	Рекомендации учащимися по подготовке к экзаменам.	В течение года	Педагог- психолог Социальный педагог