

## План мероприятий по психологической подготовке обучающихся к ЕГЭ и ГИА в ГБОУ Школе №171

### **Цели:**

- ознакомление учащихся с психотехническими навыками, повышающими эффективность подготовки к экзаменам;
- формирование и развитие умения мобилизоваться в стрессовой ситуации;
- развитие навыков мыслительной деятельности;
- развитие психологической компетентности педагогов и родителей.

### **Способы реализации плана:**

#### 1. Психологическая диагностика.

*Цели* — выявление детей группы риска, диагностика уровня тревожности.

По результатам проведенной диагностики составляется программа коррекционной работы и программа психологического сопровождения, формируется группа поддержки, состоящую из обучающихся, у которых могут возникнуть трудности в подготовке к экзаменам.

#### 2. Индивидуальное и групповое консультирование.

*Цели* — снятие тревожного состояния, обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей.

Консультирование помогает в преодолении трудностей и развитие навыков, способствующих эффективной сдаче ЕГЭ и ГИА.

#### 3. Тренинговые занятия.

*Цели* — преодоление стрессового состояния, ознакомление с процедурой сдачи экзаменов, выработка индивидуального стиля подготовки к экзаменам.

#### 4. Информационная поддержка.

Включает составление буклетов, памяток, брошюр, информационных стендов.

### **Основные направления работы с родителями:**

#### 1. Индивидуальное и групповое консультирование.

*Цель* — оказание психологической помощи тревожным родителям для предотвращения переноса тревожного эмоционального состояния на выпускника. Кроме того, консультации позволят родителям узнать, как справиться со стрессом, помочь ребенку перед экзаменом, как выстроить стратегию подготовки к ЕГЭ и ГИА.

#### 2. Участие в родительских собраниях.

*Цель* — информирование родителей о работе, которая проводится в образовательной организации в рамках подготовки к ЕГЭ и ГИА.

Примерные темы выступлений: «Чем родители могут помочь своему ребенку в период подготовки», «Как подготовиться к экзамену вне школы», «Формирование позитивного настроя перед экзаменом», «Организация режима дня» и т. п.

#### 3. Информационная поддержка.

Составление и выпуск информационных материалов по различным темам, например: «Советы психолога», «Накануне экзамена» и т. п.

### **Основные направления работы с учителями-предметниками, классными руководителями:**

#### 1. Индивидуальное и групповое консультирование.

*Цели* — оказание методической помощи педагогам в формировании у обучающихся позитивного отношения к итоговой аттестации, в ориентации учеников на целенаправленную деятельность, необходимую для успешного прохождения итоговой аттестации.

#### 2. Участие в малых педагогических советах, заседаниях методического объединения классных руководителей.

*Цели* — информирование педагогических работников, работающих в выпускных классах с результатами диагностики по психологической готовности обучающихся к итоговой аттестации; рекомендации по работе с обучающимися испытывающих трудности при подготовке к итоговой аттестации.

**План работы по психологической подготовке обучающихся к  
ГИА и ЕГЭ**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки выполнения</b>	<b>Форма работы</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Выступление по теме «Как помочь детям подготовиться к экзаменам»	Сентябрь	Родительское собрание.	Педагог-психолог
2.	Методические рекомендации для родителей выпускников. Памятка.	Сентябрь	Информационные материалы в печатном виде (буклеты, памятки)	Педагог-психолог
3.	Диагностика психологической готовности обучающихся к итоговой аттестации	Октябрь-ноябрь	Тестирование	Педагог-психолог
4.	Обратная связь по результатам диагностики психологической готовности обучающихся к итоговой аттестации (групповая или индивидуальная)	Ноябрь	Консультирование обучающихся, классных руководителей выпускных классов	Педагог-психолог
5.	Выступление по теме «Результаты диагностика психологической готовности обучающихся к итоговой аттестации. Рекомендации к работе»	Декабрь	Сообщение (доклад) на заседании малого педагогического совета, заседании методического объединения классных руководителей	Педагог-психолог
6.	Групповые занятия для обучающихся, испытывающих трудности при подготовке к итоговой аттестации, направленные на профилактику стрессов у подростков	Ноябрь-апрель	Тренинговые занятия, консультирование	Педагог-психолог
7.	Методы психологической поддержки в предэкзаменационный и экзаменационный периоды	Январь - февраль	Классные часы	Классные руководители 9,11 классов; педагог-психолог
8.	Оформление стенда для выпускников	В течении учебного	Актуальная информация по психологической	Педагог-психолог

		года	подготовке к экзаменам в напечатанном виде	
9.	Индивидуальное консультирование по вопросам психологической подготовки обучающихся к итоговой аттестации	Январь - май	Консультации для обучающихся, родителей, учителей	Педагог-психолог