

«Утвержден»
Директор школы МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ
Приказ № от 24.10.2022г
Ульяненко Г.Н.



Программа

психолого-педагогического сопровождения

участников образовательного процесса при

подготовке к государственной итоговой

аттестации на 2022-2023 учебный год

Пояснительная записка: Стандарты второго поколения, ориентированные на достижение не только предметных, но метапредметных и личностных образовательных результатов, невозможно внедрить в практику без учета возрастно-нормативной модели и социальной ситуации развития учащихся. Психологическое сопровождение выпускников в период подготовки к государственной итоговой аттестации (ГИА) является необходимым направлением работы педагога-психолога МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ.

Экзамены это стрессовая ситуация, требующая от человека максимальной собранности, быстроты реагирования, подключения всех ресурсов. В период подготовки, пробных экзаменов и непосредственно процедуры ОГЭ или ЕГЭ всегда присутствует психологическое напряжение всех участников образовательного процесса и особенно выпускников. На них ответственность перед учителями и родителями, страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

Стресс при этом - абсолютно нормальная реакция организма. Как известно, небольшие эмоциональные всплески полезны, они положительно сказываются на работоспособности и усиливают умственную деятельность человека. Но излишнее эмоциональное напряжение зачастую приводит к возникновению кризисной ситуации у экзаменуемых. Причиной этого является, в первую очередь, личное отношение к событию. Поэтому особенно важно создать условия для формирования адекватного отношения учащихся к ситуации экзамена, что поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена, а родителям - оказать своему ребенку правильную и эффективную помощь. При подготовке к экзаменам, особенно на последнем её этапе, может быть утерян эмоциональный и волевой контроль над собой. Причиной тому могут стать: тревога по поводу неизвестной ситуации, возможных неудач, слишком высокая или слишком низкая мотивированность, давление незнакомого помещения и наблюдение камер. Некоторые дети ожидают неблагоприятное развитие событий. Чаще всего она наблюдается у учащихся с завышенным уровнем притязаний или чрезмерно низкой самооценкой из-за индивидуальной чувствительности к стрессу. Таким учащимся надо уделять особое внимание (при ответах у доски, на экзамене, при публичных выступлениях и т.п.). Поведение особо тревожных учащихся имеет определённые характерные особенности. Они очень эмоционально реагируют на сообщения о неудаче, хуже работают в стрессовых ситуациях или в условиях дефицита времени, отведённого на решение задачи. У них боязнь неудачи доминирует над стремлением к достижению успеха. Поэтому они воспринимают и оценивают многие объективно безопасные ситуации как негативные. У низко тревожных старшеклассников преобладает мотивация достижения успеха. Поэтому, возможные трудности при сдаче выпускных экзаменов в основном связаны с особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, с недостаточным уровнем развития самоконтроля, с низкой стрессоустойчивостью учащихся, с отсутствием навыков саморегуляции.

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 в себя:

- формирование положительного отношения к ГИА и ЕГЭ,
- разрешение прогнозируемых психологических трудностей,
- формирование и развитие определенных психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ГИА и ЕГЭ.

С этой целью разработана данная программа. Основа для разработки - работы М. Ю. Чибисовой «Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами,

родителями». Программа М. Ю. Чибисовой позволяет учащимся пройти систематическую психологическую подготовку к этим экзаменам.

Данная программа разработана на основе работы М. Ю. Чибисовой «Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями». Программа позволяет учащимся пройти психологическую подготовку к экзаменам.

Цель программы: оказание психолого-педагогической помощи участникам образовательного процесса во время подготовки и сдачи государственной итоговой аттестации.

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

- развитие у обучающихся 9 класса познавательного компонента психологической готовности к ГИА и ОГЭ;
- отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции,
- развитие внимания, памяти, мышления;
- уменьшение уровня тревожности у обучающихся с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции;
- создание необходимого психологического настроения у педагогов, классных руководителей, учащихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний;
- формирование у обучающихся конструктивной стратегии деятельности на экзамене;
- создание условия для развития у обучающихся прикладных умений (способности действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы, составлять алгоритм достижения цели).

Участники программы: педагог-психолог, классные руководители 9 класса, учителя-предметники, родители, обучающиеся 9 класса.

Формы работы педагога-психолога:

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.

Непосредственно с выпускниками:

- проведение цикла психологических занятий по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности;
- обучение учащихся релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции;
- индивидуальные консультации пассивных, тревожных и мнительных детей.

Важно отметить, что психологическая подготовка дает важное преимущество при прохождении государственной итоговой аттестации. 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.

Этапы и сроки реализации программы:

Работа по психологической готовности к государственной итоговой аттестации осуществляется в три этапа.

1. Этап подготовительный (декабрь – февраль)

Информационное – психологическое просвещение всех субъектов образовательного процесса в плане трудностей государственной итоговой аттестации 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).
- Проведение совместных дискуссий с учителями-предметниками и классным руководителем 9 класса носящих на данном этапе общий ознакомительный характер.
- 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 государственной итоговой аттестации – **процессуальный компонент**

.2. Этап основной (март – май). 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 государственной итоговой аттестации;
- проведение цикла психологических занятий для учащихся 9 класса 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 государственной итоговой аттестации»,
 - «Психологический комфорт в семье во время экзаменов»,
 - «Пути достижения успеха на экзамене».

3. Этап аналитико-обобщающий (май — июнь). Составление педагогом-психологом аналитических материалов об особенностях, обучающихся с целью формирования рекомендаций учителям-предметникам, классным руководителем 9 класса.

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 государственной итоговой аттестации у выпускников.

Ожидаемые результаты:

1. Развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников;

2. Повышение сопротивляемости стрессу. Снижение уровня тревожности у всех субъектов образовательного процесса; знание особенностей своего характера, умение использовать его сильные стороны, компенсировать слабые;
3. Знание и умение использовать свою ведущую аналитическую систему, т.е. систему, при помощи которой обучающемуся легче всего воспринимать учебный материал;
4. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы;
5. Осознанное принятие на себя ответственности за подготовку и результат сдачи экзаменов;
6. Устранение психологических факторов, негативно влияющих на результаты экзамена.
7. Готовность к эмоциональному принятию результатов ГИА и способность построить «план Б» в случае неуспешной сдачи экзамена.

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 государственной итоговой аттестации у выпускников

Структура программы

- Подготовительный этап. Организация деятельности.
- Основной этап. Диагностический мониторинг.
- Психологические занятия по формированию психологической готовности выпускников.
- Мероприятия по психологическому просвещению педагогов и родителей выпускников.
- Профилактика неадаптивных форм поведения и возникновения кризисных ситуаций.
- Аналитико-обобщающий этап. Рефлексия результативности

Календарно-тематический план мероприятий.

№ п/п	Мероприятия	Цель	Сроки	Ответственный
1 этап: Подготовительный				
Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА и ЕГЭ				
1.	Консультация с учителями-предметниками «Психологическое сопровождение ГИА в форме ОГЭ, ГВЭ и ЕГЭ».	Понимание необходимости психолого-педагогического сопровождения государственной итоговой аттестации.	Декабрь 2022г.	Зам. дир. по УР Марченко С.Н. Педагог-психолог, Острохишко Е.П., Социальный педагог Ковина В.И., учителя предметники, классный руководитель
2.	Проведение совещания «Выпускник-2022».	Обсуждение и разработка планов подготовки к государственной итоговой аттестации по учебным предметам.	Декабрь 2022г.	
3.	Выступление на родительских собраниях	Формирования положительного	Декабрь 2022г.	

	«Как помочь ребенку готовиться к государственной итоговой аттестации».	отношения к государственной итоговой аттестации, разрешения прогнозируемых трудностей.	Февраль 2023г.	9 класса
4.	Выступление на тематических классных часах по теме «Пути достижения успеха на экзамене», «Как сдать государственной итоговой аттестации» — практические советы.	Готовность и способность субъектов государственно й итоговой аттестации к эмоционально - волевой регуляции.		
5.	Диагностика психологической готовности учащихся к государственной итоговой аттестации.	Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к государственной итоговой аттестации (самоорганизация и самоконтроль, познавательные процессы – познавательный компонент, тревожность – личностный компонент, знакомство с процедурой государственной итоговой аттестации – процессуальный компонент).		Педагог-психолог Острохишко Е.П.

2 этап: Основной

Цель – создание условий для психологической готовности к государственной итоговой аттестации и решения психологических проблем конкретных учащихся,

1.	Формирование групп учащихся с низким уровнем психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.	Выявление психолого - педагогических проблем в обучении.	Февраль 2023г.	Педагог-психолог Острохишко Е.П.
2.	Проведение цикла психологических занятий с элементами тренинга, сказкотерапии, арт-терапии для учащихся 9 класса по развитию внимания, памяти, самоорганизации, самоконтроля, снятия тревожности.	Создание условий для психологической готовности к государственной итоговой аттестации и решения психологических проблем конкретных учащихся.		
3.	Проведение занятий с учащимися по обучению релаксации, методам снятия нервно-психического	Овладение учащимися приёмами и навыками психофизической		

	напряжения и стабилизации психоэмоционального состояния личности.	саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.		
4.	Консультирование учащихся, по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям. <u>Цель:</u> оказание психологической помощи и поддержки субъектам государственной итоговой аттестации, обучение их навыкам саморегуляции.	Формирование положительного отношения к государственной итоговой аттестации, разрешения прогнозируемых трудностей, формирование и развитие определенных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной сдачи экзаменов.	Март-июнь 2023г.	Педагог-психолог Острохишко Е.П Социальный педагог Ковина В.И., Зам. дир. по УР Марченко С.Н.
5.	Разработка презентаций, рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей. <u>Цель:</u> профилактика стрессовых и кризисных ситуаций у участников ГИА	Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к государственной итоговой аттестации. Предупреждение формирования негативных установок и неадаптивных форм поведения (в т.ч. суицидальных намерений)	Март 2023г.	
6.	Родительские собрания: <ul style="list-style-type: none"> • «Психологический комфорт в семье во время экзаменов», • «Как помочь ребенку пережить стресс экзамена», • «Особенности психологической поддержки во время государственной итоговой аттестации», • «Три составляющих успеха сдачи государственной итоговой аттестации – психологически подготовленный родитель и ребенок». 	Овладение методами и приемами создания комфортной ситуации в семье выпускника школы во время сдачи государственной итоговой аттестации.	Март-май 2023г.	Педагог-психолог Острохишко Е.П Социальный педагог Ковина В.И Зам. дир. по УР Марченко С.Н.
7.	Работа с педагогами: 1.Семинар – практикум для педагогов «Психологическое сопровождение государственной итоговой аттестации». 2. Выступление на педсовете по теме «Формирование мотивационных установок субъектов ОП к орга	Создание ситуации сотрудничества, подготовка рекомендаций по оказанию помощи и поддержке обучающимся с низким уровнем психологической готовности к государственной итоговой аттестации	Декабрь -май 2022-2023 уч.г.	Педагог-психолог Острохишко Е.П

	низации и проведению государственной итоговой аттестации». 3. Организация имитации ситуации сдачи государственной итоговой аттестации (проведение репетиционного экзамена в форме ОГЭ).			
8.	Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.	Формирования положительного отношения к государственной итоговой аттестации, разрешения прогнозируемых трудностей.	Декабрь -май 2022-2023 уч.г.	
3 этап: Аналитико – обобщающий				
1.	Повторная диагностика.	Отслеживание динамики развития.	Апрель	Педагог-психолог Острохишко Е.П
2.	Проведение совещания «Выпускник-2022».	Совершенствовать специальные педагогические и социально – психологические условия, позволяющие осуществлять развивающую, коррекционно-формирующую работу с выпускниками школы.	Апрель	Зам. дир. по УР Марченко С.Н. Педагог-психолог, Острохишко Е.П., Социальный педагог Ковина В.И. учителя предметники, классный руководитель 9 класса

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575800

Владелец Ульяненко Галина Николаевна

Действителен с 17.05.2021 по 17.05.2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575934

Владелец Ульяненко Галина Николаевна

Действителен с 17.05.2022 по 17.05.2023