

## Программа психологической поддержки учащихся к ГИА и ЕГЭ.

**Цель:** оказать полноценную психологическую поддержку выпускникам и их родителям в период подготовки к экзаменам.

**Задачи:**

- Получить полную и чёткую информацию о сущности, процедуре и содержании Единого государственного экзамена и Государственной итоговой аттестации.
- Научиться работать с тестовыми заданиями.
- Выбрать оптимальную стратегию поведения во время подготовки и сдачи экзаменов.
- Снять предэкзаменационную и экзаменационную тревожность.

**Целевая группа:** учащиеся выпускных классов и их родители.

В реализации основных задач программы задействованы: педагог-психолог, классные руководители, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, родители.

### Общий план работы по реализации программы

Этапы	Мероприятия	Сроки	Участники
1. Подготовительный	Сбор необходимых сведений о детях. Углубленная психологическая диагностика и анализ возможных трудностей, с которыми они могут столкнуться при сдаче ЕГЭ и ГИА. Подготовка характеристик и рекомендаций в письменном виде.	октябрь-декабрь	Педагог-психолог, учащиеся выпускных классов, классные руководители, учителя-предметники
	Подготовка материалов для собрания (демонстрационные версии ЕГЭ и ГИА или задания прошлых лет). Родительское собрание «Как помочь ребенку готовиться к ЕГЭ». Родительское собрание «Как помочь ребенку готовиться к ГИА».	январь февраль	Педагог-психолог, классные руководители, зам.директора по УВР, родители выпускников
Формирующий	Групповые занятия	февраль	Педагог-психолог, учащиеся выпускных классов
	Психологические уроки	март	Педагог-психолог, учащиеся выпускных классов
Контрольный	Проведение пробного экзамена	апрель	Зам.директора по УВР,

			классные руководители, учителя-предметники, педагог-психолог, учащиеся выпускных классов
Возможное продолжение развивающей работы	Индивидуальная работа с ребенком	апрель, май	Учащиеся выпускных классов
	Консультации	апрель, май	Родители выпускников, Учащиеся, Педагоги

## **Основные формы работы, используемые при реализации программы.**

### **1. Родительские собрания**

Очевидно, что в подготовке учеников к экзамену огромную роль играют родители. Именно родители во многом ориентируют их на выбор предмета, который дети сдают, внушают уверенность в своих силах или, наоборот, повышают тревогу, помогают, волнуются и переживают из-за недостаточно высоких оценок. Прежде всего сами родители, как правило, очень смутно представляют себе, что такое ЕГЭ и ГИА, а недостаток информации повышает тревогу, которую родители, сами того не желая, могут передавать детям. Расширение знаний родителей о сущности и процедуре ЕГЭ и ГИА, знакомство с конкретными заданиями позволяет снизить их тревогу, что, в свою очередь, помогает родителям поддерживать ребенка в этот непростой период.

### **2. Психологические уроки**

Каждому человеку на протяжении своей жизни приходится сдавать экзамены. Психологические уроки проводятся с целью практической помощи учащимся в организации их работы по подготовке и успешной сдачи экзаменов. Уроки проходят в форме практикума самовоспитания, т.е. ученики не просто заслушивают рекомендации, но и анализируют свой опыт подготовки и сдачи экзаменов, оценивая важность каждой рекомендации, а в ходе дальнейшей самостоятельной работы намечают пути улучшения своей деятельности и используют при подготовке и сдаче экзаменов.

### **3. Групповые занятия**

Важным компонентом психологической подготовки выпускников к ЕГЭ и ГИА является фронтальная подготовка детей, предоставляющая необходимую информацию и направленная на выработку индивидуального стиля работы и профилактику экзаменационной тревожности. Оптимальной формой фронтальной психологической подготовки выпускников к ЕГЭ или ГИА являются групповые занятия. Основное содержание занятий направлено на проживание, получение определённого опыта. Используются особые методы работы: мини-группы, групповая дискуссия, элементы аутотренинга, ролевое моделирование.

### ***Литература:***

1. *Чибисова М.Ю.* Единый государственный экзамен: психологическая подготовка (Психолог в школе). – М.: Генезис, 2009.
2. *Козлов Н.И.* Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день/ 2-е изд., перераб. И доп. – М.: Новая школа: АСТ-Пресс, 1998.
3. Журнал «Завуч», №8, 1999.
4. «Школьный психолог», №13, №15, 2004.