**План психологического сопровождения обучающихся 9 и 11 классов при подготовке к экзаменам (ОГЭ и ЕГЭ) в 2019-2020 учебном году**

Цель психологического сопровождения – создание социально-психологических условий для успешной подготовки и сдачи экзаменов, а также выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и позволят каждому обучающемуся более успешно вести себя во время экзамена.

Задачи:

1. Ознакомление учащихся с психотехническими навыками, повышающими эффективность подготовки к экзаменам;.
2. Формирование и развитие умения мобилизоваться в стрессовой ситуации
3. Развитие навыков мыслительной деятельности.
4. Развитие психологической компетентности педагогов и родителей.

Направления работы:

1. Психологическая диагностика.
2. Психокоррекционная и развивающая работа с обучающимися.
3. Индивидуальное и групповое консультирование учащихся, родителей.
4. Профилактическая работа.
5. Организационно-методическая работа.

| **Содержание деятельности** | **Планируемый результат** | **Сроки** |
| --- | --- | --- |
| **1. Диагностическое направление** ***Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА*** |
| 1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА.2 Проведение диагностики до и после психологических групповых занятий.3. Анализ полученных результатов.4. Создание банка методик, приёмов работы по адаптации к ГИА. | 1.Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям.2. Формирование учащихся «группы риска», имеющих проблемы в обучении и психологической готовности к ГИА. | В течение учебного года |
| **2. Психокоррекционная и развивающая работа с обучающимися.** ***Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и решения психологических проблем конкретных учащихся.*** |
| 1 Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для учащихся 9 и 11-х классов.2. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА. | 1. Преодоление стрессового состояния, ознакомление с процедурой сдачи экзаменов, выработка индивидуального стиля работы.2. Овладение учащимися приёмами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу. | Январь -Май |
| **3. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.** ***Цель – оказание психологической помощи и поддержки субъектам ГИА, обучение их навыкам саморегуляции.*** |
| 1. Индивидуальные и групповые консультации для выпускников.2. Индивидуальное и групповое консультирование педагогов.3. Индивидуальное и групповое консультирование родителей | 1. Снятие тревожного состояния, обучение контролю стрессовых проявлений, решение когнитивных и личностных трудностей у уобучающихся.2. Раскрыть перед учителями важные вопросы психологической подготовки выпускников к ЕГЭ.3. Оказание психологической помощи тревожным родителям для предотвращения переноса тревожного эмоционального состояния на выпускника. | В течение учебного года |
| **4. Профилактическая работа.** ***Цель – проведение мероприятий, направленных на создание благоприятных условий ГИА.*** |
| 1. Выступление на родительских собраниях с темой: «Поможем детям сдать экзамены», «ЕГЭ – общие задачи семьи и школы»2. Проведение психологических игр на снятие тревожности у обучающихся и их родителей. | 1. Понимание необходимости психологического сопровождения ГИА, а также информирование родителей о работе, которая проводится в ОО в рамках подготовки к ЕГЭ и ОГЭ,2.Создание благоприятных условий для проведения экзаменационных испытаний. | Февраль – май |
| **5. Организационно-методическая работа.** ***Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.*** |
| 1. Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11-ых классов с проблемами психологической готовности к ГИА.2. Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.3. Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.4. Составление совместно с педагогами рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в обучении для учащихся, педагогов и родителей.5. Составление расписания занятий (психологических тренингов) групповых и индивидуальных по психологическому сопровождению готовности к экзаменам. | 1. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ГИА.2. Планирование времени и распределение сил, положительное отношение к экзамену как к учебной задаче, организация режима сна и отдыха во время подготовки к экзамену, поддержка близких и возможность обсудить с учителями сложные вопросы и темы – основные темы памяток, которые вносят существенный вклад в общий результата и успех на экзамене. | Декабрь - май |