

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 4 Г. КАНСКА**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Протокол № 1
от «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ гимназии №4 г. Канска
_____/О.А. Шумачкова/
ПРИКАЗ № 175-О от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Управляющим советом
Протокол № 4
от «28» августа 2023г.

**Программа
«Психологическое сопровождение и подготовка
выпускников к ОГЭ и ЕГЭ»**

**Разработала Помаркова Р.В.,
педагог-психолог**

Канск

2023 г.

Пояснительная записка.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (в действующей редакции); Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (далее - ФГОС СОО), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 августа 2022 г. № 732 (в действующей редакции); Федеральной основной образовательной программой среднего общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228)

Актуальность

Актуальность проблемы обусловлена тем, что сдача ОГЭ и ЕГЭ в форме тестирования является обязательной процедурой для всех выпускников школ России, она обеспечивает объективную оценку качества результата обучения по учебным дисциплинам в соответствии с государственными образовательными стандартами.

Проблемы психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматриваются прежде всего через трактовку понятия «готовность» в психологии: 1) согласие сделать что-нибудь, желание и стремление содействовать чему-нибудь; 2) определенное состояние психофизиологических систем перед предстоящей деятельностью; 3) момент времени в жизни индивидуума, когда достигнутый им уровень зрелости позволяет ему извлечь пользу из конкретного опыта.

Цели программы:

- оказание психологической помощи учителям, выпускникам 9, 11-ых классов и их родителям в подготовке к ОГЭ и ЕГЭ;
- обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышения уверенности в себе.

Основные задачи:

- Развитие познавательного компонента психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ: отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развитие внимания, памяти, мышления.
- Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
- Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ и ЕГЭ.
- Создание необходимого психологического настроения у педагогов, классных руководителей, учащихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

Длительность программы 1 год

Программа реализуется после проведения пробных экзаменов.

Эффективность программы оценивается по результатам наблюдения и психологического обследования

Программа **составлена с учетом** интересов и психолого-возрастных особенностей подростков.

Планируемые результаты

Выработка у выпускников психологических качеств, умений и навыков, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и сдаче ЕГЭ и позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, т.е. будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Список литературы

Макарова И.В. Педагог-психолог. Основы профессиональной деятельности. – Самара: Изд. дом Бахрах-М, 2004.

1. Немов Р.С. Практическая психология. – М.: Владос, 1998.
2. Степанова Е.Н. Воспитательный процесс: изучение эффективности. – М.: Сфера, 2001.
3. Чибисова М. Ю., Единый государственный экзамен (психологическая подготовка), М. Генезис, 2004
4. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. — М.: Генезис, 2009. — 184 с. — (Психолог в школе).

План программных мероприятий

Содержание работы	Формы и методы	Группа участников	Сроки	Предполагаемый результат
1. Психолого-педагогическая диагностика	<p>1. Анкета «Психологическая готовность к ОГЭ/ЕГЭ» (Автор Чибисова М. Ю.)</p> <p>2. Анкета «Итоги проведения диагностических и репетиционных работ по подготовке к государственной (итоговой) аттестации» (Автор Чибисова М. Ю.)</p> <p>3. Определение детей группы риска (Автор Чибисова М. Ю.)</p> <p>4. Анкета для родителей. (Автор Чибисова М. Ю.)</p>	<p>9, 11 кл.</p> <p>9, 11 кл.</p> <p>педагоги-предметники (предметы, выбранные для экзамена)</p> <p>родители уч. 9,11 кл.</p>	<p>декабрь</p> <p>в течение 3-5 дней после сдачи пробных экзаменов</p> <p>январь в течение недели после сдачи пробных экзаменов</p>	<p>Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям</p> <p>Своевременное выявление основных трудностей ребёнка при сдаче экзаменов.</p>
2. Коррекционно-развивающая работа	<p>Цикл занятий с элементами тренинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Экзамен и здоровье. - Научимся снимать напряжение. - Кратковременные эффективные средства борьбы со стрессом. <p>2. Индивидуальные или групповые коррекционно-развивающие занятия с учащимися, попавшими в группу риска по результатам диагностики</p>	<p>По запросам</p> <p>По запросам</p>	<p>Январь -</p> <p>в течение года (при необходимости)</p>	<p>Овладение учащимися приёмами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.</p>
3. Консультирование	<p>1. Оказание помощи в проблемных ситуациях.</p> <p>2. Выработка оптимальной стратегии подготовки к ОГЭ и ЕГЭ.</p> <p>3. Рекомендации о взаимоотношениях с подростками; обсуждение возможной помощи</p>	<p>По запросам</p> <p>Педагоги</p> <p>Родители</p>	<p>В течение года</p> <p>По результатам диагностики</p> <p>В течение года</p>	<p>Создание положительного эмоционального фона, снятие тревожности</p>

	ребёнку в подготовке к экзаменам.			
4. Просветительская и профилактическая работа	1. Распространение памяток «Я успешно сдам экзамены» 2. Выступления на родительских собраниях: - «Подготовка к ОГЭ и ЕГЭ – общая задача семьи и школы»; - «Поможем детям сдать экзамены» 3. Памятка для учителей-предметников, готовящих выпускников к экзаменам «Психологическая подготовка к ОГЭ, ЕГЭ детей группы риска»	9, 11 кл. Родители педагоги	Март декабрь февраль ноябрь-декабрь	Программирование успешной сдачи экзамена. Создание положительного эмоционального фона. Повышение психологической компетентности в вопросах подготовки выпускников к сдаче экзаменов.
5. Организационно-методическая работа	1. Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11-ых классов с проблемами психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ. 2. Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей. 3. Составление расписания занятий (психологических тренингов) групповых и индивидуальных по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ, ЕГЭ.	Педагог-психолог	Октябрь-ноябрь В течение года декабрь	1.Формирование психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ по ее трем компонентам (познавательному, личностному и процессуальному). 2.Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ и ЕГЭ.