



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение города Москвы
«Московский колледж архитектуры и градостроительства»
(ГБПОУ «МКАГ»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ «МКАГ»

А.А. Ариончик

«30» августа 2019 г.

План

психологического сопровождения подготовки к ГИА

в 2019-2020 учебном году

(для обучающихся 9, 11 классов)

Под психологической готовностью к сдаче ГИА подразумевается сформированность у школьников психологических свойств и социальных компетенций (психофизиологической, личностной, технологической, мотивационной, самооценочной), без которых невозможно успешное прохождение экзаменационных процессов. Помощь в обретении такой готовности требует как групповой, так и индивидуальной психологической работы.

Цели работы:

1. Выработка психологических качеств, умений и навыков для эффективного прохождения экзаменов, развитие ориентированности на целесообразность и успешность действий в ситуации сдачи экзамена.
2. Снижение предэкзаменационной тревожности, повышение стрессоустойчивости, преодоление психологических барьеров в общении с экзаменатором.
3. Повышение качества предэкзаменационной подготовки и развитие познавательной мотивации.
4. Развитие качеств личности учащихся, повышающих уверенность в себе.

Задачи:

1. Помощь учащимся в осознании реального значения ситуации экзамена
2. Знакомство с теоретическими представлениями о стрессе.
3. Развитие представлений об индивидуальных реакциях на стресс.
4. Расширение представлений о средствах профилактики и преодоления стресса.
5. Знакомство с принципами понятийного и дедуктивного мышления, конструирования схем и средствами развития устной речи; отработка соответствующих навыков на практике.
6. Развитие коммуникативных навыков и навыков самопрезентации.
7. Расширение представлений о возможностях взаимодействия с экзаменатором
8. Знакомство с правилами построения диалога и речевым этикетом

В результате проводимой работы происходит:

- актуализация индивидуальных психологических особенностей подготовки к ГИА. Обучение выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу;
- самодиагностика своих психологических особенностей, уровня тревожности и компетентности в подготовке к ГИА. Обучение учащихся способам самоподготовки с учетом своих индивидуальных особенностей;
- обучение учащихся способам самомотивации и реагирования на негативные эмоции.

Ожидаемые результаты:

Психологическая готовность участников ГИА:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Развитие концентрации внимания.
3. Развитие четкости и структурированности мышления.
4. Повышение сопротивляемости стрессу.
5. Развитие эмоционально-волевой сферы.
6. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

7. Развитие навыков конструктивного взаимодействия (и всех психических процессов, необходимых при сдаче ГИА). Как следствие, устранение психологических факторов, негативно влияющих на результаты экзамена.

Дата проведения мероприятия	Работа с учащимися	Работа с педагогами	Работа с родителями	Методическая работа
сентябрь	Индивидуальное консультирование Диагностика свойств нервной системы учащихся, индивидуального стиля деятельности.	Анализ возникших психологических проблем при подготовке и проведении ГИА 2019-2020 уч/года.	Выступление на родительском собрании: ознакомление с планируемыми мероприятиями по психологическому сопровождению учащихся на текущий год. Индивидуальное консультирование	Изучение нормативно-правовой базы ГИА. Подготовка материалов к анкетированию и диагностике учащихся. Анализ результатов диагностической работы.
октябрь	Анкетирование учащихся 9,11 классов. Шкала: «Уровень тревожности» (1-ая проба).	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Подготовка материалов к анкетированию и диагностике учащихся. Анализ результатов анкетирования и диагностики учащихся.
ноябрь	Анкетирование готовности учащихся к сдаче ГИА: - знакомство с	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Анализ результатов диагностики учащихся и разработка

	процедурой; -развитие навыков самоконтроля и планирования. Диагностика по выявлению учащихся групп риска. Индивидуальные консультации учащихся 9, 11 классов по результатам диагностики и другим вопросам.			рекомендаций для учителей-предметников и классных руководителей по стратегиям подготовки учащихся к ГИА (с учетом их психологических особенностей). Подготовка материалов к родительскому собранию.
декабрь	Анкетирование учащихся 11 классов по выбору предметов для сдачи). Индивидуальные консультации учащихся 9, 11 классов по результатам диагностики и другим вопросам.	Индивидуальное консультирование	Выступление на родительском собрании 9 и 11 классов «Как помочь своему ребенку при подготовке и во время итоговой аттестации» Индивидуальное консультирование	Анализ результатов анкетирования и диагностики учащихся. Подготовка к проведению индивидуальных консультаций по группам риска.
январь	Групповые консультации по темам: -Общие психологические закономерности ответа на экзамене. - Как лучше всего запоминать материал. Индивидуальные консультации учащихся групп риска.	Групповые консультации по особенностям взаимодействия с учащимися групп риска.	Индивидуальные консультации родителей учащихся групп риска.	Анализ результатов анкетирования и диагностики учащихся. Подготовка материалов к занятиям и тренингам с учащимися.
февраль	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Подготовка материалов к родительскому собранию.
	Индивидуальные	Индивидуальное	Индивидуальное	Подготовка

март	консультации. Проведение групповых развивающих занятий: «Как снять напряжение перед экзаменом?», «Как правильно организовать свое время?»	консультирование	консультирование	материалов к занятиям и тренингам с учащимися.
апрель	Анкетирование учащихся 9, 11 классов. Шкала: Уровень тревожности» (2-ая проба). Анкетирование «Анализ пробных экзаменов»	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Мониторинг по результатам диагностики уровня тревожности в 9 и 11 классах в начале и конце учебного года.
май	Индивидуальные консультации.	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование	Анализ результатов проведенной работы за год, планирование на будущий год.