

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Северская средняя общеобразовательная школа
Ключевского района Алтайского края

Утверждаю
Директор МБОУ «Северская СОШ»
И.А.Ситникова
Приказ № 43/202 от « 28 » 08 2025г.



ПЛАН

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ К ГИА

Северка 2025

Пояснительная записка

Актуальность психологической подготовки к ГИА трудно недооценить. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, и с тем, что ЕГЭ и ОГЭ как формы экзамена появились сравнительно недавно и ввиду внедрения каждый год меняются требования к проведению экзаменов, и с тем, что такая форма проведения экзаменов для многих выпускников является непривычной и пугающей. Поэтому необходима психологическая поддержка, которая поможет ученику более эффективно подготовиться к экзамену и справиться с волнением.

Цель: формирование положительного отношения к ГИА и выработка психологических качеств, умений и навыков у выпускников школы, необходимых для успешного прохождения ГИА.

Задачи:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям в период подготовки к экзаменам.
2. Отработка стратегии и тактики уверенного поведения выпускников в период подготовки к ГИА.
3. Обучение детей навыкам саморегуляции, самоконтроля.

План состоит из 4 модулей:

1. Психологическое сопровождение выпускников.
2. Психологическое сопровождение родителей выпускников.
3. Психологическое сопровождение классных руководителей.
4. Психологическое сопровождение учителей-предметников.

Показателем эффективности работы является развитие качеств выпускника: высокая сопротивляемость стрессу, сформированные навыки уверенного поведения, самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки
Работа с учащимися 9, 11 классов				
1	Диагностика	Анкета «Психологическая готовность к ГИА» авт. Чистякова Методика Вальнефера по цветовому тесту Люшера «Оценка нервно- психического состояния»	Изучение психологической готовности выпускников к предстоящим экзаменам (знакомство с процедурой экзамена (процессуальный компонент); уровень тревоги (личностный компонент); способность к самоорганизации и самоконтролю (познавательный компонент)). Определить отклонения от аутогенной нормы нервно- психического состояния человека у выпускников для оказания индивидуальной помощи.	1 полугодие
2	Групповые занятия для выпускников в период подготовки к ГИА.	Темы: 1.«Экзамен и Я» 2.«Экзамен? Без проблем!» 3.«Лицом к лицу с экзаменом»	Отработка стратегии и тактики поведения в период подготовки к ГИА; обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля; повышение уверенности в себе, в своих силах	Февраль-май 2025 - 2026г.
3	Индивидуальное консультирование	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанным с ГИА.	январь-май 2025 - 2026г.
4	Просветительская деятельность участников образовательного процесса	Предоставление информационных материалов на сайт школы http://severka-sosh.ucoz.net , информационные стенды	Профилактика негативных эмоциональных переживаний учащихся, связанных с ситуацией подготовки и сдачи экзаменов	В течение 2025 -2026 учебного года
5	Диагностика	Анкета «Психологическая готовность к ГИА»	Мониторинг результатов, полученных при диагностическом обследовании выпускников на начало и конец 2024 – 2025 учебного года	май 2026 г.

Работа с родителями				
1	Родительские собрания	1. «Знакомство с Положением о ГИА 2025 – 2026 учебный год» 2. «Знакомство с процедурой экзамена» 3. «Психологические особенности подготовки к ГИА»	-Познакомить родителей и выпускников с правилами и порядком проведения ГИА. Проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям. – Познакомить родителей с рекомендациями по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	ноябрь – апрель 2025 -2026 г.
2	Индивидуальные консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ОГЭ.	Оказание помощи по вопросам, связанным с ГИА.	январь- май 2026 г.
Работа с классными руководителями				
1	Организация контроля за подготовкой детей к экзаменам	Совместный контроль подготовки к ГИА.	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам, посещением консультаций	январь- май 2026г.
2	Методические рекомендации для классных руководителей.	Методические рекомендации классным руководителям по подготовке выпускников к ГИА.	Познакомить с рекомендациями по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	Март 2026г.
Работа с учителями- предметниками				
1	Учет индивидуальных особенностей выпускников в период подготовки к экзаменам.	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся.	Выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ОГЭ	Март 2026 г.
2	Методические рекомендации для учителей- предметников	Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ГИА.	Познакомить с рекомендациями по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	Март 2026г.