

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 54 Советского района Волгограда»

Введен в действие
приказом директора
МОУ СШ №54

от «__» __» 2023г.

приказ № _____

Директор МОУ СШ №54

«__» __» 2023г.
Н.А. Белибихина

Согласован

На Совете школы

протокол № _____

от «__» __» 2023г.

Утвержден

решением Педагогического
совета МОУ СШ №54

протокол № _____

от «__» __» _____

Председатель педсовета

«__» __» 2023г.
Н.А. Белибихина

Рабочая программа
психолого-педагогического сопровождение ОГЭ и ЕГЭ

Автор-составитель:
Педагог-психолог
Жукова Т.Д.
Тилицына Д.С.

Волгоград, 2023

Пояснительная записка

Актуальность психологической подготовки к ОГЭ и ЕГЭ очень велика. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, к тому же ежегодно меняются требования к проведению экзамена, и с тем, что такая форма проведения экзамена для многих выпускников является пугающей. Все это послужило необходимым фактором для создания программы сопровождения, позволяющей помочь учащимся 9,11 классов более эффективно подготовиться к экзаменам и справиться с волнением.

При разработке программы была использована программа занятий по подготовке учащихся одиннадцатых и девярых классов к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга Гуськовой Е.В. и Будневич Г.Н. и программа «Путь к успеху» Стебенева Н., Королевой Н. Предлагаемая программа позволяет снизить негативные ожидания и переживания, вызванные ЕГЭ и ОГЭ, кроме того с ее помощью выпускники могут научиться различным приемам эффективного запоминания и работы с текстами, что является основным компонентом подготовки к любому экзамену. Упражнения, предлагаемые программой, способствуют обучению учащихся приемам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения. Таким образом, данная программа позволит подросткам выработать тактики уверенного поведения в период подготовки к экзаменам, обучиться навыкам саморегуляции и самоконтроля, повысить уверенность в себе и в своих силах.

1. Цели и задачи

Цели программы – оказать выпускникам помощь в психологической подготовке к предстоящим экзаменам и отработать с учащимися навыки психологической подготовки к экзаменам, повысить их уровень уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов.

Задачи психологического сопровождения

1. Осуществлять ресурсно-ориентированный поиск сильных сторон и путей их использования на этапе подготовки обучающихся при подготовке к ГИА (ЕГЭ, ОГЭ) и на самом экзамене;

2. Применять технологически-ориентированные методы и приемы с целью формирования соответствующих психотехнических навыков саморегуляции и самоконтроля, последовательности действий, обеспечивающих успешность выпускника.

3. Использовать системный подход в выявлении и проработке возникающих у обучающихся трудностей на разных этапах обучения, осуществляя основную часть работы по психологической готовности обучающихся накануне экзаменов, а значительно раньше, отработывая отдельные детали при сдаче зачетов и в других случаях, не столь эмоционально напряженных.

Решение поставленных задач осуществляется через следующие виды

(направления) работ:

- диагностическая,
- консультативная,
- коррекционно-развивающая,
- психопрофилактическая,
- психопросвещение.

Продолжительность занятия: 40 минут.

Используемые методы: дискуссии, мини-лекции, тренинговые упражнения.

Условия проведения: класс или любое другое просторное помещение; стулья; доска или листы ватмана; фломастеры; ручки и тетради для записей учащимися информации, полученной в ходе мини-лекций.

Участники: учащиеся 9-х, 11-х классов.

Программа включает 5 направлений:

1. Диагностическое направление.
2. Психокоррекционная и развивающая работа со школьниками.
3. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.
4. Профилактическая работа.
5. Организационно-методическая работа.

2. Содержание и структура программы

Организационное обеспечение программы

1 ступень

Сбор и анализ данных с помощью различных психодиагностических методов (диагностическая, психотерапевтическая беседы, интервьюирование, анкетирование, тестирование, ситуационные тесты на стресс).

2 ступень

Коррекционные занятия – индивидуальные в тренинговой группе (работа практического психолога), психотерапевтические консультации.

Условия проведения программы

1. Возрастной состав: учащиеся от 14 до 18 лет
2. Вариативность реализации программы, включая выбор различных подпрограмм:
 - Индивидуальная психо-коррекционная программа.
 - Тренинговая программа (групповой формат проведения).
3. Период проведения программы: в течение учебного года, продолжительность консультаций, диагностики, количество занятий 8-12

Содержательное обеспечение программы

Содержание программы возможно разделить на три блока:

1 блок – психологическое консультирование;

Индивидуальное и групповое консультирование

Как приоритетных направлений психолого-педагогического сопровождения основная задача:

— оказание психологической помощи поддержки обучающимся: при возникновении проблем в психическом самочувствии, общении, обучении; при обучении навыкам самопознания, самоанализа, использовании своих личностных психологических особенностей и возможностей для успешного обучения;

— при определении предпочтения в выборе профессиональной деятельности.

Консультативная деятельность – это оказание помощи обучающимся, их (законным представителям), педагогам и другим участникам образовательного процесса в вопросах развития, воспитания и обучения посредством психологического консультирования и просвещения.

Целью таких консультаций является психологическая подготовка к ОГЭ и ЕГЭ: формирование у обучающихся и их родителей, у педагогических работников и руководителей знаний о проблемах, возникающих у обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ, и желания преодолевать трудности обучения; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе, а также в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности и развитии интеллекта.

Методы: диагностическая беседа, психотерапевтическая беседа, клиническое интервью

2 блок – психодиагностический;

Психологическая диагностика проводится на каждом этапе психологического сопровождения. Уже в начальной школе необходимо выделять группы детей, которые испытывают трудности в обучении. Ранняя диагностика таких трудностей позволяет выявить учащихся «группы риска» при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ и эффективно организовать их психологическое сопровождение на протяжении дальнейшего обучения.

Диагностика обучающихся 9, 11 классов помогает отслеживать динамику

эффективности психолого-педагогического сопровождения. Проведение диагностики позволяет оценить результативность работы педагога-психолога как в течение года, так и на протяжении всего времени обучения отдельного ученика, класса, параллели.

Диагностическая деятельность в рамках подготовки к ЕГЭ осуществляется с целью выявления нарушений в интеллектуально-личностной сфере задолго до экзамена, что поможет скорректировать поведение выпускника в стрессовых

ситуациях и определить оптимальные условия обучения.

Методы: диагностическая беседа, экспертная оценка, анкетирование, тестирование

3 блок – психокоррекционный.

Основные направления коррекционно-развивающей работы психолога:

- развитие познавательной сферы учащихся: памяти, воображения и т.д.;
- формирование адекватной самооценки, снятие тревожности;
- развития произвольности, навыков самоорганизации и самоконтроля;

Кроме этого, в систему следует включить следующие направления:

- обучение способам снятия эмоционального и физического напряжения и релаксации;
- повышение стрессоустойчивости;
- актуализация внутренних ресурсов

Методы: индивидуальная, групповая коррекционная работа, тренинги.

Планируемые результаты работы:

- усвоение психологических основ сдачи экзамена;
- освоение техник саморегуляции;
- освоение приемов планирования рабочего времени на экзамене;
- формирование позитивного отношения к процессу сдачи экзаменов;
- повышение сопротивляемости стрессу;

Заключение

Таким образом, системный подход в организации работы по психологической поддержке и сопровождению обучающихся на всех ступенях обучения является эффективным и в психологической подготовке обучающихся к ОГЭ и ЕГЭ. Главное условие успешной сдачи ОГЭ и ЕГЭ - разработка индивидуальной стратегии, способной обеспечить успех конкретному ученику, которая возможна только при условии психологической зрелости выпускника. Для этого ему необходимо осознание своих сильных и слабых сторон, умение максимально использовать ресурсы собственной памяти, особенности мышления и работоспособности, опыт принятия решений, а также уверенность в собственных силах и установка на успех. Разработка индивидуального плана психологической подготовки обучающихся к ОГЭ и ЕГЭ необходима для организации системы работы, которая способствует: -развитию учебной мотивации и познавательной активности; - повышению самооценки учащихся; - снижению уровня тревожности; - формированию произвольности и самоорганизации. Психолого-педагогическое сопровождение сегодня – это, прежде всего, комплексная работа по поддержке и оказанию помощи обучающимся в решении 12 задач саморазвития, самовоспитания, обучения, социализации, направленных на успешную подготовку к ОГЭ и ЕГЭ, и дальнейшее обучение в образовательных организациях среднего и высшего профессионального образования.