

Утверждаю:
Директор МАОУ «СОШ №19»
А.В. Елтонская
29 августа 2024 года



План мероприятий по психологической подготовке выпускников к ГИА

Муниципальный район (городской округ) Череповец
Образовательная организация МБОУ «СОШ №19»
Ф.И.О., должность, телефон ответственного за предоставление информации
педагог-психолог, т.24-01-53

Цели:

- психологическая, психолого-педагогическая поддержка участников эксперимента в период подготовки и проведения единого государственного экзамена,
- обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе, в своих силах.

Задачи:

- определить степень тревожности участников и провести занятия по снятию психологической напряженности у выпускников;
- определить возможные направления психологической работы с выпускниками по снятию напряжения и страха перед тестированием;
- отработать систему цикла занятий для выпускников в период подготовки к экзаменам;
- охватить всех участников по психологическому сопровождению во время подготовки и проведения государственного экзамена.

№ п/п	Наименование планируемых мероприятий	Планируемое кол-во участников			Сроки исполнения	Ответственные
		Уч-ся	Пед.	Род.		
1	Проведение анкетирования с целью выявления интересов и желаний учащихся и выбора предметов для сдачи экзамена.	78	3		январь-март	Классные руководители
2	Психологическое сопровождение при выборе предмета (лекции, тренинги индивидуальные и групповые консультации)	78	10	80	Октябрь – май	педагог-психолог
3	Лекции для родителей «Что такое ГИА», «Как помочь ребенку сдать ГИА»		3	80	Октябрь – декабрь	педагог-психолог Пестовникова Ю.Н., заместитель директора
4	Диагностика познавательных процессов с целью более	78			Январь (2-3 занятия)	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора

Утверждаю: _____
Директор МАОУ «СОШ №19»
А.В. Елтонская
29 августа 2024 года

План мероприятий по психологической подготовке выпускников к ГИА

Муниципальный район (городской округ) Череповец
Образовательная организация МБОУ «СОШ №19»
Ф.И.О., должность, телефон ответственного за предоставление информации педагог-психолог, т.24-01-53

Цели:

- психологическая, психолого-педагогическая поддержка участников эксперимента в период подготовки и проведения единого государственного экзамена,
- обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе, в своих силах.

Задачи:

- определить степень тревожности участников и провести занятия по снятию психологической напряженности у выпускников;
- определить возможные направления психологической работы с выпускниками по снятию напряжения и страха перед тестированием;
- отработать систему цикла занятий для выпускников в период подготовки к экзаменам;
- охватить всех участников по психологическому сопровождению во время подготовки и проведения государственного экзамена.

№ п/п	Наименование планируемых мероприятий	Планируемое кол-во участников			Сроки исполнения	Ответственные
		Уч-ся	Пед.	Род.		
1	Проведение анкетирования с целью выявления интересов и желаний учащихся и выбора предметов для сдачи экзамена.	78	3		январь-март	Классные руководители
2	Психологическое сопровождение при выборе предмета (лекции, тренинги индивидуальные и групповые консультации)	78	10	80	Октябрь – май	педагог-психолог
3	Лекции для родителей «Что такое ГИА», «Как помочь ребенку сдать ГИА»		3	80	Октябрь – декабрь	педагог-психолог Пестовникова Ю.Н., заместитель директора
4	Диагностика познавательных процессов с целью более эффективного использования своих сил и	78			Январь (2-3 занятия)	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР

	возможностей при подготовке к ГИА.					
5	Психологический тренинг с элементами психодрамы «ГИА: с чувством, с толком, с расстановкой».	78	10		Январь	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
6	Психологический тренинг «Психологическая подготовка обучающихся к ГИА» с использованием метафорических карт	78	10		Февраль	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
7	Практическое занятие с учащимися по обучению релаксации, методам снятия нервно-психического напряжения. Приемы стабилизации психоэмоционального состояния личности.	78			Февраль – май (7-8 занятий)	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
8	Психологическое занятие «Приучи свою Тревогу»	78	10		Март	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
9	Обучение методам антистрессового состояния. Практикум по саморегуляции учащихся, родителей, педагогов.	78	37	69	Март	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
10	Психологическая консультация «Как справиться с тревогой во время подготовки к экзаменам»	78			Февраль – май	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
11	Психологическая игра «Экзамен без стресса»	78	10		Апрель	педагог-психолог
12	Мини-лекции: «Как вести себя во время экзаменов» «Способы снятия нервно-психического напряжения», «Как управлять своими эмоциями»	78	37	69	Январь -апрель	педагог-психолог Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
13	Лекция для родителей «Как помочь ребенку справиться со стрессом»		37	80	Март	Классные руководители, педагог-психолог
14	Лекция для учителей «Стресс в работе учителя»		37		Февраль - март	педагог-психолог
15	Занятие – практикум «Обучение методам	78			Март	педагог-психолог, Кошкина Я.А.,

	релаксации» (игровая форма)					заместитель директора по ВР
16	Психологическая игра «Как преодолеть экзаменационный стресс».	78			Май	педагог-психолог, Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР
17	Психологические рекомендации участникам ГИА, организаторам, помощь в оформлении аудиторий.	78	35	58	Май	педагог-психолог Кошкина Я.А., заместитель директора по ВР