

План проведения психологической подготовки к ЕГЭ учащихся 11-х классов.

Ноябрь

- Проведение анкетирования, позволяющего оценить психологическую готовность (способность к саморегуляции, уровень тревоги, знакомство с процедурой экзамена) учащихся к ЕГЭ (Анкета «Готовность к ЕГЭ»)
- Анализ полученных результатов в ходе анкетирования. Консультация учащихся 11-х классов по результатам анкетирования. Ознакомление педагогов с обобщенными данными анкетирования, обсуждение полученных результатов, разработка рекомендаций для педагогов, преподающих в 11-х классах.
- Проведение занятия «Что такое единый государственный экзамен?», цель которого познакомить выпускников с сущностью, процедурой и содержанием ЕГЭ, повысить учебную мотивацию и мотивацию на участие в занятиях.

Январь

- Проведение занятия «Мой учебный стиль», сформировать у учащихся 11-х классов понимание своего учебного стиля, способствовать осознанию индивидуального стиля деятельности.
- Ознакомление учащихся с памяткой «Как подготовиться к экзаменам и сдать их» (раздача материала). Обсуждение трех составляющих памятки: подготовка к экзаменам, накануне экзамена, во время экзамена.
- Семинар для педагогов «Психологическая подготовка к ЕГЭ и ОГЭ».
- Составление индивидуальных рекомендаций учащимся по результатам анкетирования и психологической диагностики, проведенной за период обучения в старшей школе (раздача материала).

Февраль

- Тематическое выступление на родительском собрании «Поможем детям сдать ЕГЭ. Группы риска».
- Ознакомление родителей учащихся 11-х классов с памяткой «Психологическая поддержка учащихся, участвующих в ЕГЭ» (раздача материала).
- Проведение анкетирования родителей, при помощи анкеты «Определение детей группы риска», предназначенного для экспресс-диагностики, позволяющей выделить детей группы риска.
- Индивидуальное консультирование родителей по результатам экспресс-диагностики (по запросу), с последующими рекомендациями.

Март

- Диагностика уровня подверженности экзаменационному стрессу у учащихся 11-х классов с использованием анкеты Логосовой Н.И.
- Проведение занятия «Как справиться со стрессом на экзамене», цель которого ознакомить учеников с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации.

Апрель

- Проведение анкетирования после пробных (репетиционных) экзаменов, предназначенного для рефлексии полученного опыта (Анкета «Анализ пробных экзаменов»)
- Анализ полученных результатов в ходе анкетирования. Консультация учащихся 11-х классов по результатам анкетирования, обсуждение полученных ответов, разработка общих и индивидуальных рекомендаций. Ознакомление педагогов с обобщенными данными анкетирования.

План проведения психологической подготовки к ОГЭ учащихся 9-х классов.

Ноябрь

- Проведение анкетирования, позволяющего оценить психологическую готовность (способность к саморегуляции, уровень тревоги, знакомство с процедурой экзамена) учащихся к ОГЭ (Анкета «Готовность к ОГЭ»)
- Анализ полученных результатов в ходе анкетирования. Консультация учащихся 9-х классов по результатам анкетирования. Ознакомление педагогов с обобщенными данными анкетирования, обсуждение полученных результатов, разработка рекомендаций для педагогов, преподающих в 9-х классах.
- Психологическая диагностика личностных особенностей учащихся, являющихся важными для составления индивидуальных рекомендаций, цель которых повысить эффективность работы в ситуации сдачи ОГЭ.

Январь

- Составление индивидуальных рекомендаций учащимся по результатам анкетирования и психологической диагностики, проведенной в феврале текущего года и за период обучения по программе «Профессиональное самоопределение» (раздача материала).
- Проведение занятия «Мой учебный стиль», сформировать у учащихся 9-х классов понимание своего учебного стиля, способствовать осознанию индивидуального стиля деятельности.
- Ознакомление учащихся с памяткой «Как подготовиться к экзаменам и сдать их» (раздача материала). Обсуждение трех составляющих памятки: подготовка к экзаменам, накануне экзамена, во время экзамена.
- Семинар для педагогов «Психологическая подготовка к ЕГЭ и ОГЭ».

Февраль

- Тематическое выступление на родительском собрании «Поможем детям сдать ОГЭ. Группы риска».
- Ознакомление родителей учащихся 9-х классов с памяткой «Психологическая поддержка учащихся, участвующих в ОГЭ» (раздача материала).
- Проведение анкетирования родителей, при помощи анкеты «Определение детей группы риска», предназначенного для экспресс-диагностики, позволяющей выделить детей группы риска.
- Индивидуальное консультирование родителей по результатам экспресс-диагностики (по запросу), с последующими рекомендациями.

Март

- Диагностика уровня подверженности экзаменационному стрессу у учащихся 9-х классов с использованием анкеты Логосовой Н.И.
- Проведение занятия с учащимися 9-х классов «Как справиться со стрессом на экзамене», цель которого ознакомить учеников с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации.

Апрель

- Проведение анкетирования девятиклассников после пробных (репетиционных) экзаменов, предназначенного для рефлексии полученного опыта (Анкета «Анализ пробных экзаменов»)
- Анализ полученных результатов в ходе анкетирования. Консультация учащихся 9-х классов по результатам анкетирования, обсуждение полученных ответов, разработка общих и индивидуальных рекомендаций. Ознакомление педагогов с обобщенными данными анкетирования.
- Проведения занятия с учащимися «Моя ответственность на экзамене», цель которого помочь осознать свою ответственность за результаты экзамена.