

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«КОЛЛЕДЖ ПОЛИЦИИ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБОУ КОЛЛЕДЖ ПОЛИЦИИ
С.В. Михайлов
2017 г.



ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ПОДГОТОВКИ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА К СДАЧЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ
АТТЕСТАЦИИ В 2017-2018 УЧЕБНОМ ГОДУ

Москва
2017

1. Общие положения

Психологическая готовность к прохождению Государственной итоговой аттестации (Основной Государственный Экзамен и Единый Государственный Экзамен) - это положительный эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена.

2. Задачи психолого-педагогического сопровождения

- формирование положительного отношения к Государственной итоговой аттестации (далее – ГИА);
- разрешение прогнозируемых психологических трудностей;
- формирование и развитие определенных психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ГИА.

3. Основные направления психолого-педагогического сопровождения

- 3.1. Развитие у обучающихся 9-11 классов познавательного компонента психологической готовности к ГИА;
- 3.2. Отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции;
- 3.3. Уменьшение уровня тревожности у обучающихся с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции;
- 3.4. Создание необходимого психологического настроя у педагогических работников, классных руководителей, обучающихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний;
- 3.5. Формирование у обучающихся конструктивной стратегии деятельности на экзамене; создание условия для развития у обучающихся прикладных умений (способности действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы, составлять алгоритм достижения цели).

4. Методы и формы работы психолого-педагогического сопровождения подготовки к прохождению ГИА

- 4.1. Психолого-педагогическое сопровождение процесса подготовки к прохождению ГИА подразумевает взаимодействие со всеми участниками образовательного процесса:
 - обучающиеся 9-х и 11-х классов;
 - родители обучающихся;
 - классные руководители 9-х и 11-х классов;
 - педагогические работники.

4.2. В процессе психолого-педагогического сопровождения подготовки к прохождению ГИА используются следующие методы и формы работы:

- разработка рекомендаций в помощь обучающимся, родителям, педагогическим работникам;
- занятия с элементами тренинга, арт-терапии;
- первичная диагностика;

- консультирование участников образовательного процесса;
- проведение итоговой диагностики детей «группы риска»;
- профилактические и просветительские беседы;
- деловые игры;
- наблюдение за обучающимися на уроках и во внеурочное время.

№	Наименование мероприятия	Планируемый результат	Дата проведения
1	<p style="text-align: center;">Диагностическое направление</p> <p>Цель: информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА и ЕГЭ</p> <p>1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ГИА и ЕГЭ.</p> <p>2. Отбор критериев и показателей по трем компонентам психологической готовности к ЕГЭ и ГИА</p> <p>3. Проведение диагностики.</p> <p>4. Анализ полученных результатов</p> <p>5. Создание банка методик, приёмов работы по адаптации к ГИА и ЕГЭ</p>	<p>Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ГИА и ЕГЭ (самоорганизация и самоконтроль, познавательные процессы – познавательный компонент,</p>	Декабрь-январь

№	Наименование мероприятия	Планируемый результат	Дата проведения
	<p>Методика определения уровня тревожности (Ч.Д.Спилберга, Ю.Л.Ханина)</p> <p>Анкета «Готовность к ЕГЭ»</p> <p>Анкета «Готовность к ГИА»</p> <p>Тесты на развитие внимания («Определение объема внимания», «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания», «Корректирующие пробы Бурдона»</p> <p>Тест «Цезарь» для диагностики объема оперативной памяти</p> <p>Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Определение уровня развития волевой саморегуляции».</p>	<p>тревожность – личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ – процессуальный компонент). Формирование групп учащихся, имеющих проблемы в обучении и психологической готовности к ГИА и ЕГЭ.</p>	<p>Декабрь-январь</p>
2	<p align="center">Психокоррекционная и развивающая работа с обучающимися.</p> <p>Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и ЕГЭ и решения психологических проблем конкретных учащихся.</p>		
	<p>Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для учащихся 9-11-х классов по развитию самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности.</p>		<p>Март-апрель</p>
	<p>Занятие 1 – 2. Память и запоминание. Приемы работы с текстом</p>	<p>Знакомства с характеристиками памяти человека, обучение работе с текстами, приемами запоминания.</p>	
	<p>Занятие 3 – 4. Знакомства с приемами волевой мобилизации и совладение со своими чувствами.</p>	<p>Отработка приемов самообладания, необходимых учащимся в ходе сдачи экзаменов.</p>	
	<p>Занятие 5 – 6. Обучение приемам релаксации и снятия напряжения.</p>	<p>Обучение методами нервно-мышечной релаксации, приемами расслабления, формирование</p>	

№	Наименование мероприятия	Планируемый результат	Дата проведения
		умения управлять своим психо-физическим состоянием	
	Занятие 7. Что такое ЕГЭ и что он значит для меня?	Ознакомить выпускников с особенностями ЕГЭ	
	Занятие 8. Как справиться со стрессом на экзамене?	Познакомить обучающихся с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации	Апрель-май
	Занятие 9. Способы снятия напряжения	Научить выпускников снимать напряжение простыми психологическими способами.	
	Занятие 10 Уверенность на экзамене	Повысить уверенность в себе и своих силах.	
Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов «Развитие внимания» для учащихся 9 и 11-х классов			
	Занятие 1 – 3. Тренировка объема внимания	Развивать у уч-ся различные виды внимания, восприятия, памяти, общую координацию и координацию тонких движений, а так же коммуникативные свойства.	
	Занятие 4 – 5. Тренировка устойчивости внимания		
	Занятие 6 – 7. Тренировка концентрации внимания		
	Занятие 8 – 9. Тренировка избирательности внимания		
	Занятие 10 – 12. Тренировка переключения внимания		
	Занятие 13. Тренировка распределения и переключаемости внимания		
	Занятие 14 – 15. Тренировка произвольного внимания		
	Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов «Профилактика деструктивного стресса»	Повышение личностной стрессоустойчивости с помощью тренинговых занятий в группе	Январь-май

№	Наименование мероприятия	Планируемый результат	Дата проведения
3	<p align="center">Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.</p> <p>Цель – оказание психологической помощи и поддержки субъектам ГИА и ЕГЭ, обучение их навыкам саморегуляции</p>		
	Выступления на родительских собраниях «Психологический комфорт в семье во время экзаменов», «Как помочь ребенку сдать ЕГЭ»	Овладение методами и приемами создания комфортной ситуации в семье выпускника школы во время сдачи ГИА и ЕГЭ.	Март
	Семинар – практикум для педагогов «Психологическое сопровождение ГИА и ЕГЭ», «Стресс в работе учителя», «Обучение методам релаксации».	Понимание необходимости психологического сопровождения ГИА и ЕГЭ. Формирование представлений о мотивационных установках к организации и проведению ГИА и ЕГЭ.	Февраль-апрель
	Работа с учащимися по запросу родителей и педагогов.		В течение года
	Индивидуальные консультации для выпускников.		
4	<p align="center">Профилактическая работа.</p> <p>Цель – проведение мероприятий, направленных на создание благоприятных условий ГИА и ЕГЭ.</p>		
	Выступление на тематических классных часах по теме «Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья»	Обсудить с учащимися проблему психологической устойчивости человека в подростковом возрасте и пути формирования духовного здоровья.	Ноябрь-декабрь

№	Наименование мероприятия	Планируемый результат	Дата проведения
	«Стресс и его воздействие на человека»	Познакомить обучаемых с общими понятиями стресса, стрессовыми факторами, показать влияние стресса на человека и его здоровье.	Январь- февраль
	Работа в микрогруппах с учащимися с одинаковыми психологическими проблемами по подготовке к ГИА и ЕГЭ	Создание благоприятных условий для проведения экзаменационных испытаний.	Январь-май
5	Организационно-методическая работа.		
	Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.		
	Разработка рекомендаций, памяток для обучающихся, родителей	Формирование психологической готовности к ГИА и ЕГЭ. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ГИА и ЕГЭ.	Декабрь-май
	Разработка рекомендаций, памяток для педагогов с детьми группы риска «Правополушарные» учащиеся. «Тревожные» и «неуверенные» учащиеся. Учащиеся, «испытывающие недостаток произвольности и самоорганизации» «Перфекционисты» и «отличники». «Астеничные» учащиеся. «Гипертимные» учащиеся.		
	Оформление информационного стендов, наглядных материалов для учащихся и родителей.		Март-май

Литература:

Тажгулова Э. Б., Липская Т. А. Развитие психологической готовности выпускников к сдаче ЕГЭ средствами метафорического тренинга // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 50. – С. 147–152

М. Ю. Чибисова «Психолого-педагогическая подготовка школьников к сдаче ГИА и ЕГЭ в условиях ФГОС» М; 2014г.

Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии. – М. 2008