

Управление образования администрации городского округа «Город Йошкар-Ола»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №4 им. А.С.Пушкина г.Йошкар-Олы»
(МБОУ «Гимназия №4 им. А.С.Пушкина»)

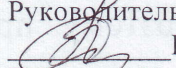
424002, г. Йошкар-Ола, ул. Я. Эшпая, 156, тел./факс: 8 (8362) 45-01-15

E-mail: Yoshgim4@mail.ru

«Одобрено»

Научно-методический совет
МБОУ «Гимназия №4 им.
А.С.Пушкина»

Руководитель

 И.В.Довгаль

Протокол № 3

«13» января 2015 г.

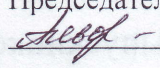
«Рассмотрено и одобрено»

На заседании ГМО

Протокол № 6

от «20» мая 2015 г.

Председатель

 И.В.Альфимова

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Гимназия №4
им. А.С.Пушкина»

 Л.И.Урусова

«13» января 2015 г.



ПРОГРАММА

психолого-педагогической поддержки

выпускников в условиях подготовки к ЕГЭ

«Я и экзамен»

Составитель программы: педагог-

психолог МБОУ «Гимназия №4

им. А.С.Пушкина»

Кодочигова Е.В.

2014 год

Пояснительная записка

Одной из важнейших задач школы на современном этапе является необходимость решения задач сопровождения ребенка в условиях модернизации образования, изменениях в его структуре и содержании.

Единый государственный экзамен – это новая реальность в нашем образовательном пространстве. Проблемы подготовки к ЕГЭ – это поле деятельности не только педагогов, но и психологов. ЕГЭ радикально отличается от привычной формы проверки знаний, поэтому проблема психологической подготовки выпускников к новым аттестационным технологиям особо актуальна.

По своей сути ЕГЭ является своеобразной проверкой знаний, социальной и психологической готовности школьников к постоянно меняющимся условиям современной реальности. В этой связи, психологическая устойчивость старшеклассников является одной из основных характеристик, способствующих успешной аттестации в форме ЕГЭ.

Подготовка к ЕГЭ, как правило, идет на протяжении нескольких лет обучения. Учителя стараются подготовить школьников с помощью заданий в форме тестов, дополнительных занятий. Однако степень тревожности, напряжения у выпускников не снижается, что приводит к дезорганизации деятельности, снижению концентрации внимания, работоспособности. Тревога – это весьма энергоемкое занятие. Чем больше ребенок тревожится, тем меньше сил у него остается на учебную деятельность. Совершенно очевидно, что перед психологами, педагогами и родителями встает проблема охраны психического здоровья школьников, для решения которой необходима продуманная система мероприятий, предусматривающая создание стабильной благоприятной атмосферы, уменьшение вероятности возникновения стрессовых ситуаций и повышение функциональных возможностей школьников.

Наиболее значимыми причинами волнения выпускников являются:

- сомнение в полноте и прочности знаний;

- сомнение в собственных способностях: умении анализировать, концентрировать и распределять внимание;
- психофизические и личностные особенности: быстрая утомляемость, тревожность, неуверенность в себе;
- стресс незнакомой ситуации;
- стресс ответственности перед родителями и школой.

И зависит это не только от личностных качеств каждого конкретного ученика, но и от той позиции, которую занимают в данном вопросе педагоги и родители. Поэтому очень важно организовывать работу по всем направлениям психологического сопровождения (психодиагностика, психологическое просвещение и профилактика, психологическое консультирование и коррекционно-развивающая деятельность) со всеми участниками учебно-воспитательного процесса: учащимися, родителями, педагогами.

Все выше изложенное стало основанием для создания программы психолого-педагогической поддержки выпускников в условиях подготовки к ЕГЭ «Я и экзамен».

Цель программы: снижение уровня тревожности обучающихся на этапе подготовки и сдачи единых государственных экзаменов.

Задачи программы:

- 1) знакомство выпускников и родителей с особенностями и процедурой Единого государственного экзамена, формами и методами психолого-педагогической помощи при подготовке к экзаменам и в момент сдачи ЕГЭ;
- 2) повышение сопротивляемости стрессу в результате:
 - а) ознакомления с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации;
 - б) возрастания уверенности в себе, в своих силах;
- 3) развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

Содержание программы

Программа включает в себя работу по трем основным направлениям:

1. Консультационная работа с родителями (освещение вопросов, касающихся особенностей подготовки обучающихся к сдаче ЕГЭ, форм и методов психологической помощи выпускникам, родительского контроля и поддержки).
2. Профилактическая работа с обучающимися (диагностика, индивидуальное и групповое консультирование, коррекционно-развивающие занятия).
3. Психолого-педагогическое просвещение педагогов (учителей-предметников, классных руководителей) по вопросам психо-эмоционального состояния обучающихся и методам работы с «кризисными» моментами в образовательном процессе в условиях подготовки и сдачи ЕГЭ.

Программа реализуется в несколько **основных этапов**:

1. Диагностический (изучение уровня личностной тревожности обучающихся, стрессоустойчивости выпускников, выявление детей «зоны ближайшего внимания»).
2. Этап реализации основных программных мероприятий (консультативная, коррекционно-развивающая работа по всем направлениям деятельности).
3. Рефлексивный (подведение итогов проведенной работы, оценка результатов работы по программе).

Календарно-тематическое планирование мероприятий по психолого-педагогической поддержке выпускников в условиях подготовки к ЕГЭ

«Я и экзамен»

Название мероприятия	Цель	Сроки проведения	Кол-во часов	Форма проведения, категория участников
I. Диагностический этап				
Анкетирование «Готовность к ЕГЭ»	Ориентировочная оценка готовности к	Февраль 2015 года	-	Обучающиеся 9, 11 классов

	ЕГЭ глазами самих выпускников			
Тест школьной тревожности Филипса	Оценка уровня личностной тревожности обучающихся в условиях стрессовой ситуации, вызванной ЕГЭ	Февраль 2015 года		Групповое тестирование; обучающиеся 9, 11 классов
Тест на самооценку стрессоустойчивости личности (Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова)	Оценка психологических возможностей обучающихся в условиях стрессовой ситуации, вызванной ЕГЭ	Февраль 2015 года	-	Групповое тестирование; обучающиеся 9, 11 классов
Анкета «Выявление детей группы риска»	Выявление обучающихся, требующих особенного внимания и психолого-педагогической поддержки	Февраль 2015 года	-	Анкетирование родителей выпускников
II. Этап реализации основных мероприятий программы				
«Психологическая подготовка к ЕГЭ: помощь выпускнику, педагогу и родителю»	Просвещение педагогов по вопросам психо-эмоционального состояния обучающихся в условиях подготовки и сдачи ЕГЭ	Март 2015 года	-	Обучающий семинар для педагогов

«Внимание: ЕГЭ»	Просвещение родителей по вопросам психо- эмоционального состояния обучающихся в условиях подготовки и сдачи ЕГЭ	Апрель 2015 года	-	Родительское собрание
Тренинговые занятия по программе «Я и экзамен»: 1. «Что такое ЕГЭ и что он значит для меня?» 2. «Способы снятия нервно-психического напряжения» 3. «Уверенность на экзамене»	Снижения уровня тревожности обучающихся	Март, апрель 2015 года	3	Обучающиеся 9, 11 класса
III. Рефлексивный этап				
Подведение итогов проведенной работы	Оценка результативности программы	Май 2015	-	Мониторинговое исследование (все категории участников)

Система контроля:

1. Тестирование обучающихся.
2. Наблюдение за психо-эмоциональным состоянием обучающихся в учебное и внеурочное время.

Ожидаемые результаты:

1. Повышение сопротивляемости стрессу в результате:
 - а) ознакомления с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации;
 - б) возрастания уверенности в себе, в своих силах.
2. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
3. Снижение уровня тревожности обучающихся.

ЛИТЕРАТУРА

Вопилова С.Ф. Психолого-педагогическое сопровождение выпускников средней школы в процессе их подготовки к ЕГЭ. Методические рекомендации. — Норильск: НМИПКиПП, 2004.

Журнал «Школьный психолог», 2011 г.

Журавлев Д. Экзамен — способ проверки знаний или психологическое испытание? // Народное образование. — 2003.— № 4.

Практическая психодиагностика / Под ред. Райгородского Д.Я. Самара: Бахрам-М, 2000.

Программно-методические материалы для организации коррекционно-развивающей работы педагога-психолога / Под ред. Барановой В.Н. Омск: ГОУ ДПО ИРООО, 2006.

Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники. М.: Вако, 2005.

Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. М.: Вако, 2005.

Фопель К. На пороге взрослой жизни. М.: Генезис, 2008.

Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. М.: Генезис, 2009.

<http://psy.5igorsk.ru>