

## Программа психологической помощи учащимся в период подготовки к ГИА, ЕГЭ.

**Цель:** оказать психологическую поддержку выпускникам в период подготовки к ГИА, ЕГЭ.

**Задачи:**

1. Помочь приобрести психотехнические навыки по повышению эффективности в подготовке к экзаменам (формирование классного коллектива; выработка единой системы обоснованных, последовательных требований; установление норм взаимоотношений детей со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.).
2. Повысить уровень психологической готовности, мобилизовать скрытые возможности учащихся.
3. Обсудить вопрос о психологическом оснащении процесса сдачи экзаменов на предварительном этапе.

*Основные направления работы.*

1. Психологическая диагностика.
2. Консультативная работа с педагогами и родителями.
3. Методическая работа.
4. Профилактическая работа.
5. Коррекционно-развивающая работа.

**Учащиеся 9-х, 11-х классов.**

	Мероприятия	класс	Форма	Тема	Дата	Примечание	Место проведения	Ответственный
С учащимися	Классный час	9 а	Диагностика, беседа	Определение свойств нервной системы по психомоторным показателям учащихся. Определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий. Диагностика тревожности (реактивной, личностной), связанной со сдачей экзаменов.	14.12.12		Каб. 45 в 13.35	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
			Беседа	По результатам диагностики	18.02.13			
				«Как управлять своими эмоциями» « Психотехнические навыки повышающие эффективность подготовки к экзаменам»	08.02.13 07.03.13			
				Мини-лекция	«Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье» «Как поверить в свои силы»			
Классный час	9 б	Диагностика, беседа	Определение свойств нервной системы по психомоторным показателям учащихся. Определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий Диагностика тревожности (реактивной, личностной), связанной со сдачей экзаменов.	21.12.12 11.02.13		Каб. 45 в 14.35	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель	

Классный час	9 б	Беседа	По результатам диагностики «Как управлять своими эмоциями» « Психотехнические навыки Повышающие эффективность подготовки к экзаменам»	28.01.13 18.02.13 18.03.13	11.02.13	Каб. 45 в 14.35	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
		Мини-лекция	«Как подготовится к экзаменам и сохранять здоровье» «Как поверить в свои силы»	15.04.13			
Классный час	9 в	Диагностика, беседа	Определение свойств нервной системы по психомоторным показателям учащихся. Определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий Диагностика тревожности (реактивной, личностной), связанной со сдачей экзаменов.	21.12.12 11.02.13	11.02.13	Каб. 45 в 13.35	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
		Беседа	По результатам диагностики «Как управлять своими эмоциями» « Психотехнические навыки Повышающие эффективность подготовки к экзаменам»	31.01.13 19.02.13 19.03.13			
		Мини-лекция	«Как подготовится к экзаменам и сохранять здоровье» «Как поверить в свои силы»	16.04.13			
Классный час	11 а	Диагностика, беседа	Определение свойств нервной системы по психомоторным показателям учащихся. Определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий Диагностика тревожности (реактивной, личностной), связанной со сдачей экзаменов.	25.12.12 12.02.13	12.02.13	Каб. 25 в 14.35	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
		Беседа	По результатам диагностики «Как управлять своими эмоциями» « Психотехнические навыки повышающие эффективность подготовки к экзаменам»	30.01.13 19.02.13 19.03.13			
		Мини-лекция	«Как подготовится к экзаменам и сохранять здоровье» «Как поверить в свои силы»	23.04.13			
Классный час	11 б	Диагностика, беседа	Определение свойств нервной системы по психомоторным показателям учащихся. Определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий	19.12.12		Каб. 25 в 14.55	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель

	Классный час	11 б		Диагностика тревожности (реактивной, личностной), связанной со сдачей экзаменов.	13.02.13	13.02.13	Каб. 25 в 14.55	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
			Беседа	По результатам диагностики  «Как управлять своими эмоциями» « Психотехнические навыки повышающие эффективность подготовки к экзаменам»	30.01.13  27.02.13 20.03.13			
			Мини-лекция	«Как подготовиться к экзаменам и сохранять здоровье» «Как поверить в свои силы»	24.04.13			

	Мероприятия	Форма	Тема	Дата	Примечание	Место проведения	Ответственный
С педагогами	Круглый стол	Семинар-практикум	«Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в процессе их подготовки и сдачи экзаменов».	Февраль-апрель		Каб.7	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель
	Консульт. работа		Трудности и особенности мотивационно-личностной сферы учащихся, низкая сформированность важнейших мотивов учебной деятельности. Рекомендации педагогам по снижению внутренней конфликтности, тревожности в предэкзаменационный период.	Январь-май		Кабинет психолога	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель Социальный педагог
	Родительское собрание	Лекция	Психологические особенности детей, вероятные проблемы, которые могут возникнуть в предэкзаменационный период.	Февраль-апрель		Актный зал	Педагог-психолог Васильева Н.В. Классный руководитель Администрация
С родителями	Консульт. работа	Беседа	1. По результатам диагностики учащихся 2. Как помочь детям подготовиться к экзаменам	В течении года		Кабинет психолога	Педагог-психолог Васильева Н.В.