

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ**

**Спортивный интернат «Чертаново Департамента спорта города Москвы
(ГБНОУ «Спортивный интернат «Чертаново» Москомспорта)**

«Согласовано»

Руководитель ОШ

Л.В. Федорова

Утверждаю:

Директор ГБНОУ «Спортивный интернат
«Чертаново» Москомспорта

Н.Ю. Ларин

Приказ № 318 от 28.06.2019 года



**Программа психолого-педагогического сопровождения
обучающихся выпускных классов при подготовке к ГИА
« Я готов к ГИА».**

Содержание

1. Пояснительная записка. Цель программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся к ГИА.
 2. Задачи программы психолого-педагогического сопровождения выпускных классов при подготовке к ГИА.
 3. Направления работы.
 4. Содержание деятельности. Планируемые результаты.
 5. Тематический план.
 6. Тематическое планирование.
1. **Цель:** Программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся – спортсменов направлена на выработку психологических качеств, умений и навыков выпускников - спортсменов, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и позволят каждому обучающемуся более успешно вести себя во время экзамена. Программа направлена на выработку стратегии и тактики поведения обучающихся - спортсменов в период подготовки к ГИА; обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля; повышение уверенности в себе, в своих силах.
 2. **Задачи:**
 - Развитие познавательного компонента психологической готовности к ГИА: отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развитие внимания, памяти, мышления.
 - Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
 - Содействие адаптации учащихся – спортсменов к процессу проведения ГИА.

- Создание необходимого психологического настроения у педагогов, классных руководителей, учащихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

3. Направления работы:

- Диагностическое направление.
- Психокоррекционная и развивающая работа с обучающимися - спортсменами.
- Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.
- Профилактическая работа.
- Организационно-методическая работа.

4. Содержание деятельности. Планируемый результат.

Содержание деятельности	Планируемый результат	Сроки
<p>1. Диагностическое направление</p> <p><i>Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА</i></p>		
<p>2. Психокоррекционная и развивающая работа со школьниками.</p> <p><i>Цель – создание условий для психологической готовности к ГИА и решения психологических проблем конкретных учащихся.</i></p>		

<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование групп учащихся с низким уровнем психологической готовности к ГИА (группа риска), планирование занятий с ними. 2. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов для учащихся 9-11-х классов по развитию у них внимания, памяти, самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности. 3. Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции. 4. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие познавательных процессов (памяти, внимания учащихся). 2. Овладение учащимися приемами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу. 	<p style="text-align: center;">Сентябрь- Май</p>
<p>3. Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.</p> <p><i>Цель – оказание психологической помощи и поддержки субъектам ГИА, обучение их навыкам саморегуляции.</i></p>		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Выступление на родительском собрании «Психологический комфорт в семье во время экзаменов». 2. Выступление на тематических классных часах по теме «Пути достижения успеха на экзамене». 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понимание необходимости психологического сопровождения ГИА. 2. Формирование представлений о мотивационных установках к организации и проведению ГИА. 3. Овладение методами и приемами создания комфортной ситуации в семье выпускника школы во 	<p style="text-align: center;">Январь - май</p>

<p>5. Индивидуальные консультации для выпускников.</p> <p>6. Психологические тренинги для учащихся – обучение методам и приёмам эмоционально-волевой регуляции.</p> <p>7. Организация имитации ситуации сдачи ГИА (проведение пробного сочинения и пробных работ в формате ГИА).</p>	<p>время сдачи ГИА.</p> <p>4. Готовность и способность участников ГИА к эмоционально – волевой регуляции.</p>	
<p>4. Профилактическая работа.</p> <p><i>Цель – проведение мероприятий, направленных на создание благоприятных условий ГИА.</i></p>		
<p>1. Разработка и проведение тематических классных часов «Я готов к ГИА».</p> <p>2. Проведение психологических игр на снятие тревожности у учащихся и их родителей.</p> <p>3. Работа в микрогруппах с учащимися с одинаковыми психологическими проблемами по подготовке к ГИА.</p>	<p>Создание благоприятных условий для проведения экзаменационных испытаний.</p>	<p>Март – май</p>
<p>5. Организационно-методическая работа.</p> <p><i>Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.</i></p>		

<p>1. Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11-ых классов с проблемами психологической готовности к ГИА.</p> <p>2. Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.</p> <p>3. Составление программы занятий по релаксации.</p> <p>4. Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.</p> <p>5. Составление расписания занятий (психологических тренингов) групповых и индивидуальных по психологическому сопровождению готовности к ГИА и.</p>	<p>1. Формирование психологической готовности к ГИА по ее трем компонентам (познавательному, личностному и процессуальному).</p> <p>2. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ГИА.</p>	<p>Декабрь - май</p>
--	---	----------------------

5. Тематический план

- Повышение сопротивляемости стрессу.
- Отработка навыков уверенного поведения.
- Развитие эмоционально-волевой сферы.
- Развитие чувства эмпатии, внимания к себе и доверия к окружающим.
- Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
- Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.
- Обучение навыкам конструктивного взаимодействия.

6. Тематическое планирование.

№	Название темы	Количество часов
1.	Как лучше подготовиться к экзаменам	1
2.	Поведение на экзамене	1
3.	Способы снятия нервно-психического напряжения	1
4.	Как бороться со стрессом	1
5.	Эмоции и поведение	1
	Всего	5

Педагог-психолог

Поляцкина А.В.