



Бекітемін
«Х. 7 Красный Яр ауылының
ЖОББМ» директоры
А.А.Султанова

**9,11 сынын оқушыларын МҚА дайындауға психологиялық қолдау көрсету бойынша
жұмыс жоспары
2024-2025 оқу жылы**

**План мероприятий психологического сопровождения при подготовке учащихся 9,11
классов к ГИА
2024-2025 учебный год**

Мақсаты: Емтиханға дайындық кезінде оқушыларды психологиялық-педагогикалық қолдау.

Міндет:

1. Күйзеліске төзімділіктерін арттыру.
2. Емтиханда өзін-өзі ұстау дағдыларын машықтандыру.
3. Өзіне деген сенімділікті арттыру.
4. Өзін-өзі бақылау дағдыларын дамыту.

Цель: Психолого-педагогическое сопровождение учащихся в период подготовки к выпускным экзаменам.

Задачи:

1. Повышение сопротивляемости стрессу.
2. Отработка навыков поведения на экзамене.
3. Развитие уверенности в себе.
4. Развитие навыков самоконтроля.

| № | Жұмыс түрі Вид работы | Әдістеме Методика | Мерзімі Сроки | Жауаптылар Ответственные |
|---|---|---|------------------------------------|-----------------------------|
| Психодиагностика | | | | |
| 1 | Мазасыздық деңгейін анықтау Диагностика тревожности | Лйзенктің психикалық күйлерді бағалау әдістемесі Самооценка психических состояний Лйзенка | Қараша-мамыр Ноябрь-май | Психолог |
| 2 | Білімді тексерудегі алаңдаушылық деңгейін анықтау Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний | А.Ю. Барышев әдістемесі Методика Барышева А.Ю. | Желтоқсан Декабрь | Психолог |
| 3 | 9, 11 сынып оқушыларының мазасыздық деңгейін зерттеу Изучение уровня тревожности учащихся 9, 11 классов | «Емтихандағы мазасыздық» тесті Тест «Тревожность на экзамене» | Мамыр Май | Психолог |
| Психологиялық түзету / Психологическая коррекция | | | | |
| 1 | Эмоционалды қысымды түсіру Снятия эмоционального напряжения | «Өзінді емтиханға қалай дайындауға болады» тренинг Тренинг «Как подготовить себя к сдаче экзаменов» | Желтоқсан Декабрь | Психолог |
| 2 | Өзін-өзі реттеу және өзін-өзі ұйымдастыру әдістері Способы саморегуляции и самоорганизации | «Өзін-өзі реттеу» тренингі Тренинг «Саморегуляция» | Қаңтар-ақпан Январь-Февраль | Психолог |
| 3 | Емтиханда өзін ұстау тәртібі Поведение на экзамене | «Емтихан кезінде өзін қалай ұстау керек» шағын дәріс Мини-лекция «Как вести себя во время экзаменов» | Наурыз Март | Психолог |

| | | | | |
|---|---|---|---|----------|
| 4 | Психологиялық-педагогикалық колдау Психолого – педагогического сопровождения | «Күйзеліске жол жоқ!» тренингі Тренинг «Скажем стрессу нет!» | Сәуір | Психолог |
| 5 | Емтиханға дайындық кезінде психоэмоционалды стрессті жеңілдетуге арналған жаттығулар Упражнения на снятие психоэмоционального напряжения в период подготовки к экзаменам | «Эмоционалды қысымды түсіру жаттығулары» «Упражнения на снятия эмоционального напряжения» | Апрель Мамыр Май | Психолог |
| Психологиялық кеңес / Психологическое консультирование | | | | |
| 1 | Мектептегі мазасыздық деңгейін төмендету бойынша ұсыныстар Рекомендации по снижению уровня школьной тревожности | «Жеке оқушылардың мектептегі мазасыздық деңгейін төмендету» «Снижение уровня школьной тревожности отдельных обучающихся» | Жыл бойы, сұраныс бойынша В течение года, по запросу | Психолог |
| 2 | Мазасыздық деңгейі жоғары тұлғалармен жеке жұмыс Индивидуальная работа с высоким уровнем тревожности | Эмоционалды қысымнан арылту жаттығулары, кеңестер Упражнения для снятия эмоционального напряжения, консультация | Жыл бойы, сұраныс бойынша В течение года, по запросу | Психолог |
| Психологиялық алдын алу / Профилактическая работа | | | | |
| 1 | МҚЕ-ға дайындалу туралы ұсыныстар (Ата-аналар, оқушылар) Рекомендации как подготовиться к сдаче итоговой аттестаций (Родители, ученики) | «Емтиханға қалай дайындалу керек» байланыс сағаттары Часы общения «Как подготовиться к сдаче экзаменов» | Сұраныс бойынша По запросу | Психолог |
| 2 | Работа с родителями выпускников | «Как противостоять стрессу» рекомендации | В течение года, по запросу | Психолог |

Психолог: Кошанова А.Е.