

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУСОШ №10

_____ Г.М.Прилюбченко

**План
работы педагога-психолога**

по подготовке выпускников к ОГЭ и ГИА в 2024-2025 уч. г.

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ОГЭ и ГИА для успешной сдачи и получения максимально возможных баллов за экзамен выпускниками.

Цель психологической подготовки — выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и сдаче ГИА и позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, т.е. будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Цель: оказание психологической помощи выпускникам 9 -ых классов и их родителям в подготовке к ОГЭ и ГИА.

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ОГЭ и ГИА: отработать навыки самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развить внимание, память, мышление.
2. Снизить уровень тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
3. Содействовать адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ и ГИА.

Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки
Ознакомительные беседы в 9 классах	Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9-х классов с проблемами психологической готовности к ОГЭ и ГИА.	1.Формирование психологической готовности к ОГЭ и ГИА 2.Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ и ГИА.	В течение года
	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.		

	Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.		
Нормативная документация	Оформление документации		Октябрь-апрель
	Составление и утверждение графика работы по подготовке выпускников к ОГЭ и ГИА		Сентябрь
	Справка о результатах проведения диагностики		В течение года
Практические занятия	1. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9-х классов по развитию у них самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности. 2. Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции. 3. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ОГЭ и ГИА.	1. Овладение учащимися приемами навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.	В течение года
	Подготовка методических рекомендаций выпускникам по подготовке к ОГЭ и ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	
Диагностика	1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ОГЭ и ГИА. 2. Проведение диагностики. 3. Анализ полученных результатов.		
	Анкета «Готовность к ОГЭ» М.Ю. Чибисова	Определение осведомленности учеников о процедуре ГИА/ОГЭ	октябрь
	Диагностика представлений о процедуре ОГЭ (О.В. Еремина)	Изучение информированности о процедуре сдачи ГИА	октябрь
	Диагностика самооценки психических состояний состояний (по Айзенку)	Изучение уровня тревожности, фрустрации, ригидности	декабрь
	Анкета выявления эмоциональной напряженности выпускника к сдаче экзаменов (Модифицированный вариант методики изучения эмоциональной напряженности Д.А. Шумилова)	Определение уровня тревоги перед предстоящими экзаменами, показатели эмоционального состояния, владение навыками самоконтроля и самоорганизации.	январь
Просвещение. Профилактика.	Тест определение репрезентативных систем (ведущий канал воспитания переработки и хранения информации) (Б.А. Левиса, Ф. Пукелина)	Определение доминирующих информационных каналов	март
	Тест «Доминирующее полушарие» П. Торранс, С. Рейнолдс, Т. Ригель	Определение доминирующего полушария	март

	Теплинг-тест Ильина	Изучение темпа работоспособности	март
	Тест Айзенка на темперамент	Определение и дача рекомендаций по типам темперамента	март
Индивидуальные и групповые занятия	«Эффективные способы запоминания большого объема учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объема материала	Январь
	«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации	Февраль
Коррекционно-развивающее	Методика оценки актуального психоэмоционального состояния ребенка	Определение показателей напряжённости, нервно-психической устойчивости.	апрель
	Опросник Шкала депрессии В. Зунга (Цунга). Адаптация Т.И. Балашовой	Определение склонности к экзаменационному стрессу	апрель
	Анкета для выпускников, определения стратегии подготовки к экзаменам	Просвещение. Помочь подобрать подходящий способ подготовки к экзаменам.	апрель
	Анкета «Итоги проведения диагностических и репетиционных работ по подготовке к ГИА» Б.Ю. Чибисова	Определение уровня психологической готовности выпускников к сдаче выпускных экзаменов	апрель
Просвещение родителей	Диагностика представлений о процедуре ОГЭ (О.В. Еремина), для родителей	Изучение информированности о процедуре сдачи ГИА	февраль
	Анкета для родителей «Выявление личностных и познавательных трудностей учащихся при подготовке к ОГЭ) Н.В. Сурикова	Выявление детей «Группы риска»	февраль

Педагог-психолог _____ Е.А. Жигарева