

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» с. Советское

Утверждаю:
Директор школы
Н.Р. Тигеева
2024г.



План работы

педагога-психолога МБОУ СОШ с. Советское

по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся при подготовке к ГИА

**с. Советское
2024**

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Работа с учащимися 9-11-х классов	Индивидуальная работа с выпускниками по запросу	Оказание психологической помощи	В течение года	Психолог
		1. Диагностика уровня тревожности	Выявить уровень тревожности у учащихся	21.02.2024	Психолог
		1. Тренинговое занятие: «Я готов к экзаменам!» 2. Тест «Подвержены ли вы экзаменационному стрессу» О.В. Ерёмкина.	Оказание психологической помощи обучающимся в снижении эмоционального напряжения, уровня тревожности и формирование эмоционально - устойчивой личности в период подготовке к итоговой аттестации.	06.03.2024	Психолог
		1. Диагностика общей самооценки (опросник Г.Н. Казанцевой) 2. Групповое занятие: «+» и «-» экзамена» Программа психолого-педагогического сопровождения «Экзамены. Путь на успех».	Психологическая поддержка. Создание позитивных установок у группы на дальнейшее обсуждение темы ОГЭ и ЕГЭ	10.04.2024	Психолог
		1. Групповое занятие: «Способы снятия нервно – психического напряжения».	Психологическая поддержка. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно- мышечного напряжения. Снятие тревожности.	8.05.2024	Психолог
		1. Стесс – тест. Ю.В. Щербатых 2. Групповое занятие: « Как справиться со стрессом на экзамене».	Психологическая поддержка. Знакомство с эффективными кратковременными средствами борьбы со стрессом.	15.05.2024	Психолог
2.	Практическая работа	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	03.04.2024	Психолог
3.	Работа с родителями выпускников	1. Собрание «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и	– познакомить родителей с правилами и порядком	В течение года	Психолог совместно с

		<p>ГИА».</p> <p>2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки, буклеты «Как противостоять стрессу».</p>	<p>проведения итоговой аттестации, в том числе единого государственного экзамена;</p> <p>– проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям;</p> <p>– дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.</p>		зам.директора по УР
4.	Консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ЕГЭ и ГИА.	В течение года	Психолог
5.	Работа с классными руководителями.	<p>Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА</p> <p>Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА.</p> <p>Памятка.</p>	Рекомендации учащимися по подготовке к экзаменам.	В течение года	Психолог, классные руководители
6.	Оформление стенда для выпускников	«Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА».	Информация по подготовке к экзаменам.	В течение года	Психолог

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ГИА и ЕГЭ. Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех участников образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей. Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается: общая эмоциональная готовность принятия ситуации, внутренняя психологическая настроенность на определённое поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Психологическая подготовка субъектов образовательного процесса включает формирование положительного отношения к ОГЭ, ЕГЭ, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие значимых психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ОГЭ, ЕГЭ. Выпускники должны научиться преодолевать свой страх, научиться приёмам мобилизации и концентрации.

Цель психологической подготовки – выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и сдаче ЕГЭ 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, 11-ых классов и их родителям в подготовке к ГИА и ЕГЭ.

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ГИА и ЕГЭ: 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 ГИА и ЕГЭ.