

План работы педагога-психолога МБОУ СОШ №2 Вазиевой Р.К.

в рамках подготовки к ОГЭ И ЕГЭ в 9-х и 11-х классах.

Период работы: сентябрь-май 2024-2025 гг.

Цели:

Оказание психологической помощи выпускникам 9, 11-ых классов и их родителям в подготовке к ОГЭ и ЕГЭ, создание для выпускников психологически безопасного пространства в системе «школа-дом» в экзаменационный период.

Задачи:

- 1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ОГЭ 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 ОГЭ и ЕГЭ.**

№	Название мероприятия	Цель:	Ожидаемые результаты	Форма проведения	Класс	Дата:
1.	Выявление уровня сформированности у обучающихся информационной, регулятивной и эмоциональной готовности к ГИА, т.е. ОГЭ.	1.Определить уровень осведомленности обучающихся о процедурных вопросах сдачи ОГЭ; 2. Выявить обучающихся «группы риска» (с недостаточным уровнем психологической готовности к ГИА);	Познакомить учащихся с прохождением ГИА.	Беседа	9 «А» 9 «Б» 9 «В»	20.11.2024г
2.	Итоговое собеседование: «Как справиться с волнением на итоговом собеседовании». Учащиеся 9-х классов.	Познакомить учащихся с процедурой итогового собеседования, познакомить с понятием релаксация, обучить навыкам психологической саморегуляции	Снижение тревожности.	Провести беседу в устной форме, дать рекомендации.	9 «А» 9 «Б» 9 «В»	Декабрь 22.12.2024г. Январь

	Отчет по итогам собеседования с родителями выпускников	Познакомить родителей с результатами диагностик	Помощь детям	Встреча с родителями. Отчет.	9 «А» 9 «Б» 9 «В»	Декабрь 27.12.2024г.
3.	Психологическое сопровождение учащихся 11-х классов по подготовке к итоговой аттестации. Обучение приемам релаксации и снятия напряжения	Психологическая подготовка учащихся к сдаче государственной итоговой аттестации и единого государственного экзамена.	Снижение тревожности.	Провести Тренинг «К экзамену готов!» Диагностика «подтвержденность экзаменационному стрессу». «психологическая готовность к ЕГЭ».	11 «А» 11 «Б»	Январь 13.02.2025г 14.02.2025г
4.	Диагностика с учащимися 9-х классов «Психологическая готовность к сдаче ОГЭ»	Психологическая профилактика экзаменов. Исследование уровня психологической готовности к сдаче ОГЭ.	Снятие стрессового фактора.	Диагностика: 1.Итоги ОГЭ (по результатам пробного ОГЭ). 2.Психологическая готовность к сдаче ОГЭ. 3. Определение уровня тревожности в ситуации проверки знаний.	9 -е	Январь 11.01.2025г

5.	<p>Психологическое сопровождение 11 классов по подготовке к итоговой аттестации.</p> <p>Обучение приёмам релаксации и снятия напряжения</p>	<p>Изучение уровня тревожности</p> <p>Снятия напряжения</p>	<p>Снижение тревожности. Помочь детям подготовиться к экзаменам</p>	<p>Беседа. Диагностика. Тренинг</p>	<p>11 «А»</p> <p>11 «Б»</p>	<p>Февраль</p> <p>23.02.2025- 27.02.2025г</p> <p>Март</p>
6.	<p>Психологическое сопровождение 9-х классов по подготовке к итоговой аттестации.</p>	<p>Изучение уровня тревожности</p>	<p>Снижение тревожности.</p>	<p>Тренинг</p>	<p>9 «А»</p> <p>9 «Б»</p> <p>9 «В»</p>	<p>Март</p> <p>6.03.25г</p> <p>7.03.25г</p> <p>6.03.25г</p> <p>Март</p>
7.	<p>«Обучение приёмам релаксации и снятия напряжения».</p>	<p>Снятия напряжения</p>	<p>Помочь детям подготовиться к экзаменам</p>	<p>Тренинг «Психологический настрой учащихся во время сдачи ЕГЭ и ОГЭ».</p>	<p>9-е классы</p> <p>.</p> <p>Педагог - психолог</p>	<p>Апрель</p> <p>11.04.2025г</p>

8.	Консультации по вопросам психологической готовности учащихся к ОГЭ, ЕГЭ	Донести до учителей какое психологическое давление испытывает выпускник накануне экзаменов.	Снижение тревожности.	Беседа. Диагностика. Тренинг	Учителя, работающие в этих классах	Февраль Март 13-15. 03.25г Апрель
9.	Оказание психологической помощи родителям 9, 11- в подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	Снятия психологического напряжения	Успешная сдача экзаменов	Беседа	11»Б» 11 «А»	Февраль 8.02.25г 9.02.25г
10.	Советы родителям «Как помочь детям подготовиться к ЕГЭ»	Снятия психологического напряжения	Успешная сдача экзаменов	Беседа	11-е	Март 02.03.2025г. 02.03.2025г.
11.	Советы родителям «Как помочь детям подготовиться к ОГЭ» Оформление наглядных материалов родителей. Подготовить памятки.	Снятия психологического напряжения	Успешная сдача экзаменов	Беседа	9-е	Март 03.03.2025г. 03.03.2025г.
12.	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам ЕГЭ и ОГЭ	Выслушать детей	Снятия психологического напряжения	Индивидуальные встречи	9-е 11-е	В течение месяца

	Работа с классными руководителями.	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам				в течение года

