

Ростовская область Кашарский район, х.Талловеров

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Талловеровская средняя общеобразовательная школа

«Утверждаю»

Директор МБОУ Талловеровской СОШ

Приказ от 26.08.2024 № 72

Подпись руководителя 

(Переверзева Н.Н.)

М.П.



План работы
педагога-психолога по подготовке учащихся 9,11
классов к сдаче ОГЭ, ЕГЭ на 2024-2025 учебный год

Педагог-психолог: Никулина Е.В.

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

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ОГЭ : 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 .

Организационно-методическая деятельность

№ п/п	Содержание работы	Сроки
1	Планирование работы по психологической подготовке учащихся, педагогов, родителей к сдаче ОГЭ.	Сентябрь
2	Пополнение диагностической базы, методического материала по вопросам подготовки к ОГЭ .	В течение года
3	Анализ диагностических исследований.	Систематически
4	Анализ организации психолого-педагогического сопровождения подготовки к сдаче ОГЭ.	Февраль, итоговый – до 25 июня.

Работа с учащимися

№	Направления работы	Мероприятия	Сроки
1	Диагностическая работа	1. Первичный опрос учащихся 9 класса об ОГЭ 2.Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний (методика Барышева А.Ю). 3.Исследование самооценки, уровня тревожности (методика Кондаша). 4.Изучение особенностей познавательной деятельности, типа интеллекта (по запросу). 5. Определение уровня психологической	сентябрь октябрь-ноябрь Декабрь - январь Апрель

		готовности к экзаменам (опросник «Итоги ОГЭ»)	После проведения пробных экзаменов
2	Консультативная работа.	<p>1. Индивидуальные консультации для учащихся «группы риска».</p> <p>2. Индивидуальные консультации (по запросу).</p> <p>3. Групповые консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Упражнения на преодоление экзаменационной тревожности» - 9 кл; – «Стресс. Профилактика экзаменационного стресса» - 9 кл. – «Как действовать во время тестирования»; – «Приемы мобилизации интеллектуальных возможностей при подготовке к ОГЭ» 	Весь период
3	Развивающая работа.	<p>1. Обучение навыкам саморегуляции и саморасслабления (аутотренинговые упражнения, релаксационные техники – по результатам исследований и по запросу).</p> <p>2. Реализация цикла групповых занятий в 9 классе по психологической подготовке к сдаче ОГЭ:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Уверенность»; – «Цветные ассоциации»; – «Экзамен без стресса». <p>4. Реализация цикла групповых занятий в 11 классе по психологической подготовке к ОГЭ:</p> <ul style="list-style-type: none"> – психологическая игра «Параллельный мир»; – «Уверенность»; – «Боремся с негативной установкой». 	<p>Весь период</p> <p>октябрь-ноябрь январь-февраль апрель-май</p> <p>октябрь-ноябрь</p> <p>февраль-март апрель-май</p>

Работа с педагогами

№	Направления работы	Мероприятия	Сроки
1	Диагностическая работа	<p>1. Оценка психоэмоционального состояния, педагогов, готовящих учащихся к итоговой аттестации.</p> <p>2. Диагностика по запросу.</p>	<p>2 полугодие (по согласованию с администрацией)</p> <p>Весь период</p>
2	Консультативно-просветительская работа.	<p>1. Консультация классных руководителей, педагогов 9 классов «Выделение детей группы риска».</p> <p>2. Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся.</p> <p>3. Оказание помощи в проведении родительских собраний по вопросам подготовки к ОГЭ .</p> <p>4. Подготовка цикла информационного материала на стенд: психотехнические упражнения для снятия психологической напряженности.</p>	<p>Февраль</p> <p>Весь период</p> <p>По запросу</p> <p>В течение года</p>

Работа с родителями

№	Направления работы	Мероприятия	Сроки
1	Диагностическая работа	1. Определение уровня тревожности родителей (9 кл)	По запросу II полугодие
2	Консультативно-просветительская работа.	1. Участие в родительских собраниях: - «Психологический комфорт в семье во время экзаменов» - «Роль родителей и их практическая помощь при подготовке к сдаче ОГЭ». 2. Индивидуальные консультации (по запросу). 3. Разработка рекомендаций, памяток для родителей. 4. Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к сдаче ОГЭ	По плану родительских собраний классов и школы. Весь период Март Апрель

Основными направлениями психологической подготовки субъектов образовательного процесса к сдаче ОГЭ являются:

диагностическое—определение уровня психологической готовности у выпускников и ее коррекция;

информационное—психологическое просвещение всех субъектов образовательного процесса в плане трудностей ОГЭ и необходимости вести психологическую подготовку.

Диагностическое направление:

Методику изучения уровня психологической готовности у выпускников составляют две группы методов.

Первая группа методов направлена на оценку психологической готовности к ОГЭ с позиций самих выпускников и их родителей.

Метод анкетирования: 1) анкета «Готовность к ОГЭ»; 2) анкета «Определение выпускников группы риска».

Вторая группа методов направлена на изучение развития внимания, памяти, мышления и волевой саморегуляции выпускников. Рекомендуем использовать следующие методики:

1. Тесты на развитие внимания («Определение объема внимания», «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания»)

2. Тест «Цезарь» для диагностики объема оперативной памяти.

3. Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Определение уровня развития волевой саморегуляции».

Практические занятия, направленные на психологическую подготовку выпускников и предполагают следующие формы работы психолога:

-групповые занятия;

-тренинги

-индивидуальные консультации;

Формы работы с родителями:

-фронтальные: тематические родительские собрания.

индивидуальные: консультации (в том числе совместные с выпускником).

Направления работы с педагогами:

-обсуждение и коррекция нереалистических установок на тестовую форму экзаменов;

-взаимодействие в разработке индивидуальной стратегии по психологической подготовке выпускников (учитель — эксперт);

-знакомство с психологическими характеристиками выпускников (по результатам диагностических исследований);

-взаимодействие в поиске эффективных методов формирования психологических процессов у отдельных учащихся, необходимых для успешного прохождения экзаменационных испытаний.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня тревожности у всех субъектов ОГЭ.
2. Развитие памяти и концентрации внимания, четкости и структурированности мышления у выпускников училища.
3. Повышение сопротивляемости стрессу.
4. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
5. Устранение психологических факторов, негативно влияющих на результаты экзамена.

Итак, важно отметить, что психологическая подготовка дает важное преимущество при прохождении ОГЭ . Кроме развития познавательных процессов (восприятия, памяти, внимания, мышления и др.), она формирует психологическую устойчивость к стрессам. При этом полученные выпускниками психологические знания и умения в дальнейшем могут применяться и в их дальнейшей службе и личной жизни.

