

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 105  
\_\_\_\_\_ Т.В. Ищенко

**План  
работы педагога-психолога  
по подготовке выпускников к ОГЭ в 2024-2025 учебный год**

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ОГЭ 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 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-х классов и их родителям в подготовке к ОГЭ.

**Задачи:**

1. 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.

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемый результат	Сроки
<b>Организационно-методическая работа.</b> <i>Цель — разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.</i>			
<b>1. Ознакомительные беседы в 9, 11 кл.</b>			
1.1.	Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 с проблемами психологической готовности к ОГЭ.	1. Формирование психологической готовности к ОГЭ	в течение года

1.2.	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.	2. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ.	
1.3.	Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.		
1.4	Нормативная документация	Оформление документации	Октябрь-апрель
		Составление и утверждение графика работы по подготовке выпускников к ОГЭ.	сентябрь
		Справка о результатах проведения диагностики	В течение года
<b>2. Диагностическое направление.</b> <i>Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ОГЭ</i>			
2.1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ОГЭ.</li> <li>2. Проведение диагностики.</li> <li>3. Анализ полученных результатов</li> </ol>	<p>Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ОГЭ (самоорганизация и самоконтроль, тревожность — личностный компонент, знакомство с процедурой ОГЭ — процессуальный компонент).</p>	
2.2	Подвержены ли вы экзаменационному стрессу? О.В. Еремина	Выявление уровня психологической готовности к ОГЭ	Октябрь
	Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан	Диагностика учащихся 9 классов на предмет общей самооценки	ноябрь – 9кл.

<b>3. Цикл практических занятий</b>			
<i>Цель – создание условий для психологической готовности к ОГЭ решения психологических проблем учащихся.</i>			
3.1	1. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9х 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.	Овладение учащимися приёмами навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.	
3.2	Подготовка методических рекомендаций выпускникам по подготовке к ОГЭ	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	
<b>4. Индивидуальные и групповые занятия</b>			
4.1	«Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала	январь
4.2	«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации	Февраль
<b>5. Тренинг</b>			
5.1	Тематическое планирование программы занятий по подготовке 9 классов к ГИА с элементами психологического тренинга.	Отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам ГИА, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов	В течение года
<b>6. Работа с родителями выпускников</b>			
6.1	1. Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ОГЭ. 2. Определения уровня актуального развития обучающихся для прохождения итоговой аттестации (обучающиеся с ОВЗ, дети инвалиды) 3. Определение психической готовности учащихся к ОГЭ.	дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации	Март
6.2	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ОГЭ	Оказание помощи по вопросам, связанным с ОГЭ	в течение года

6.3	Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.		В течение года
6.4	Разработка рекомендаций, памяток для родителей.		В течение года
6.4	Работа по запросу родителей		В течение года
<b>7.Работа с классными руководителями.</b>			
7.1	Совместный контроль подготовки к ОГЭ	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам	в течение года
7.2	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ОГЭ	Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	Октябрь