

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Абрамовская средняя школа»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Абрамовская сш»
_____ (Бурматина Г.А.)
_____ 2023г.

**План работы
педагога-психолога
по подготовке выпускников
к ГИА (ОГЭ)
на 2023-2024 учебный год
Кушманцевой Е.Н.**

Пояснительная записка.

Актуальность психологической подготовки к ГИА трудно недооценить. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, и с тем, что ГИА как форма экзамена появился сравнительно недавно и ввиду внедрения каждый год меняются требования к проведению экзамена, и с тем, что такая форма проведения экзамена для многих выпускников является непривычной и пугающей. Все это привело к необходимости создания развивающей программы, позволяющей помочь ученику более эффективно подготовиться к экзамену и справиться с волнением.

Цель: психологическая подготовка выпускников к ГИА.

Задачи:

1. Повышение сопротивляемости стрессу.
2. Отработка навыков поведения на экзамене.
3. Развитие уверенности в себе.
4. Развитие коммуникативной компетентности.
5. Развитие навыков самоконтроля.
6. Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.
7. Обучение приемам эффективного запоминания

Ожидаемые результаты:

Психологическая готовность участников ГИА:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Развитие концентрации внимания.
3. Развитие четкости и структурированности мышления.
4. Повышение сопротивляемости стрессу.
5. Развитие эмоционально-волевой сферы.
6. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

№ п/п	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1	Работа с учащимися 9 классов	Плюсы и минусы ГИА (ОГЭ)	Выработать адекватное представление о ГИА (ОГЭ)	сентябрь - ноябрь	Психолог
2		Психологическая подготовка к ГИА	Психологическая подготовка обучающихся	февраль	Психолог
3		3. Тест «Моральная устойчивость»	Выявление уровня моральной устойчивости.	декабрь	Психолог
4		Диагностика Тест Филипса	Выявление тревожности	декабрь	Психолог
5		Тест « Угрожает ли вам нервный срыв?»	Выявление уровня нервного срыва	февраль	Психолог
6	Практическая работа	Основные способы снижения тревоги в стрессовой ситуации	Познакомить обучающихся способам снижения тревоги	Декабрь февраль	Психолог
7	Индивидуальные и групповые	Уверенность на экзамене	Знакомство с	октябрь	Психолог

	занятия		процедурой проведения ГИА (ОГЭ)			
8		Как лучше подготовиться к занятиям	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	октябрь	Психолог	
9		Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена	ноябрь	Психолог	
10		Память и приемы запоминания	Знакомство с приемами запоминания, характеристиками памяти	ноябрь	Психолог	
11		Память и приемы запоминания	Обучение работе с текстами, отработка полученных навыков	Ноябрь	Психолог	
12		Методы работы с текстами	Помочь учащимся понять, какие приемы работы с текстом можно использовать в ходе подготовки к экзаменам по тем или иным учебным предметам	декабрь	Психолог	
13		Дискуссия на тему «психологическая подготовка к экзаменам»	Выработать у учащихся уверенное поведение	декабрь	Психолог	
14		Как бороться со стрессом?	Снятие эмоционального состояния	январь	Психолог	
15		«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации	февраль	Психолог	
16		«Уверенность на экзамене. Актуализация внутренних ресурсов»	Повысить у обучающихся уверенность в себе в своих силах	ноябрь	Психолог	
17		Мини-лекция «кратковременные эффективные средства борьбы со стрессом»	Помочь учащимся Снять мышечные зажимы	февраль		
18		Основные способы снижения тревоги в стрессовой ситуации	Познакомить обучающихся с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации	В течение года	Психолог	
19		Лекция	«Как сохранить спокойствие»	Дать рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему.	март	Психолог
20		Оформление	«Время вспомнить о	Дать рекомендации,	Первое	Психолог

	стенда для выпускников	ГИА»	информацию по подготовке к экзаменам	полугодие	
21	Диагностика		Сравнение результатов, полученных при диагностическом обследовании на первом и последнем этапах работы.	апрель	Психолог
	Работа с родителями выпускников	Собрание «Психологические особенности подготовки к ГИА (ОГЭ)». «Как противостоять стрессу».	– познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе ОГЭ. – проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям	апрель	Психолог, классный руководитель
21	Практическая работа	Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ГИА (ОГЭ)	– дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	февраль	Психолог
22	Консультация	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с процедурой поведения ГИА	Оказание помощи по вопросам, связанным с процедурой проведения ГИА	В течение года	Психолог
23	Работа с учителями-предметниками	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся	выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ГИА	В течение года	Психолог
24	Практическая работа	Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ГИА	– дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	ноябрь	Психолог
25	Работа с классными руководителями	Совместный контроль подготовки к ГИА	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам	В течение года	Психолог
26	Практическая работа	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ГИА	– дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	октябрь	Психолог
27	Нормативная документация	Оформление протокола родительского собрания		февраль	

28	Составление и утверждение графика работы по подготовке выпускников к ГИА (ОГЭ)		сентябрь	
29	Справка о результатах проведения диагностики		февраль	