

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №43
имени Героя Советского Союза Юльева А.Н.

Утверждён
на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2023 года



**План работы педагога-психолога по сопровождению
обучающихся 9-ых классов в период подготовки к итоговой
аттестации в форме ОГЭ на 2023 – 2024 учебный год**

Подготовила: педагог-психолог Суанова Л.М.

Пояснительная записка

Актуальность психологической подготовки к ОГЭ трудно недооценить. Это связано и с тем, что любой экзамен является стрессовой ситуацией, и с тем, что ОГЭ как форма экзамена (итоговой аттестации) появился сравнительно недавно и является обязательной процедурой для всех выпускников школ России. В связи с изменением формы итоговой аттестации, которая для многих учеников является непривычной и пугающей, стало необходимым психолого-педагогическое сопровождение участников образовательного процесса к прохождению аттестации.

Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех субъектов образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей.

Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается определенный эмоциональный «настрой», внутренняя психологическая настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Педагогическая готовность – это наличие знаний, умений и навыков по предмету. Личностная готовность – это опыт, особенности личности, необходимые для прохождения процедуры итоговой аттестации.

Работа педагога-психолога направлена на формирование положительного отношения к ОГЭ, на выработку психологических качеств, умений и навыков учащихся 9-х классов, которые повысят эффективность подготовки к прохождению сдачи 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.

План занятий по подготовке к ОГЭ.

Цель: оказание психологической помощи, выпускникам 9-ых классов, их родителям и учителям в подготовке к ОГЭ.

Задачи:

1. Развитие познавательного компонента психологической готовности к ОГЭ: отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развитие внимания, памяти, мышления.
2. Уменьшение уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
3. Содействие адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ.
4. Создание необходимого психологического настроя у педагогов, классных руководителей, учащихся и их родителей во время подготовки и проведения экзаменационных испытаний.

Субъекты: выпускники 9-х классов, их родители, учителя.

Используемые методы: дискуссии, мини-лекции, тренинговые упражнения.

Условия проведения: класс или любое другое просторное помещение; материалы, необходимые для реализации занятий.

План включает в себя 5 направлений работы педагога-психолога:

- Организационно-методическое направление.
- Диагностическое направление.
- Коррекционно-развивающее.
- Консультативное.
- Просветительско-профилактическое.

Ожидаемые результаты:

- снижение уровня тревожности;
- развитие концентрации внимания, чёткости и структурированности мышления;
- развитие эмоционально-волевой сферы;
- усвоение психологических основ сдачи экзамена;
- освоение техник саморегуляции;
- освоение приемов планирования рабочего времени на экзамене;
- формирование позитивного отношения к процессу сдачи экзаменов;
- повышение сопротивляемости стрессу;
- снятие нервно-мышечного напряжения;
- развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.

План работы педагога-психолога по подготовке к ОГЭ

№ п/п	Планируемые мероприятия	Срок	Цель работы, планируемый результат.
1. Организационно-методическая работа			
1.1	Составление плана работы педагога-психолога по подготовке к ГИА в форме ОГЭ.	сентябрь	Составление годового плана работы.
1.2	Разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий.	сентябрь	Подготовка стимульного материала. Разработка коррекционных и развивающих программ
1.3	Изучение нормативных документов, психологической литературы. Подготовка материалов к психологическому консультированию, просвещению и профилактике.	в течение года	Осведомленность в области психологических знаний на современном этапе
1.4	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей. Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.	октябрь	Изготовление памяток, рекомендаций, наглядности.
1.5	Обработка результатов групповых и индивидуальных обследований, ведение текущей документации и отчетности.	в течение года	Обработка результатов, оформление заключений, справок, заполнение журналов учёта видов работы педагога-психолога. Анализ работы.
2. Диагностическая работа (подгрупповые занятия – 2 часа)			

2.1	<p>Диагностика выпускников 9-х классов при подготовке к ГИА в форме ОГЭ (входная диагностика):</p> <p>1. Диагностика познавательных процессов – внимания, памяти.</p> <p>2. Анкета «Готовность к ГИА в форме ОГЭ».</p> <p>3. Диагностика «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний» в выпускных классах.</p>	декабрь-февраль	<p>Определение уровня психологической готовности выпускников к ОГЭ по четырём компонентам:</p> <p>1. Уровень развития познавательных процессов (внимания и памяти) – познавательный компонент,</p> <p>2. Уровень общей осведомлённости о процедуре проведения ОГЭ – процессуальный компонент).</p> <p>3. Уровень самоорганизации и самоконтроля накануне экзаменов.</p> <p>4. Выявление уровня тревожности в ситуациях проверки знаний – личностный компонент.</p>
2.2	Итоговая диагностика	апрель	<p>Определение динамики, подведение итогов занятий. Выводы и рекомендации выпускникам.</p>
<p>3. Коррекционно-развивающая работа (подгрупповые занятия – 6 часов)</p>			
3.1	<p>Развитие внимания и памяти.</p> <p>Приёмы запоминания.</p>	февраль	<p>Развитие познавательных процессов (памяти, внимания учащихся); обучение приёмам запоминания и работы с текстом.</p>
3.2	<p>Психологическая готовность к экзамену.</p> <p>Плюсы и минусы ОГЭ: объективный взгляд на экзамен</p>	февраль	<p>Проработка уверенного поведения на экзамене.</p>
3.3	<p>Понятие о стрессе. Как справиться со стрессом на экзамене</p>	февраль-март	<p>Формирование умения у учащихся эффективно противостоять стрессу</p>
3.4	<p>Методы саморегуляции.</p> <p>Как управлять негативными эмоциями</p>	март	<p>Знакомство учащихся с методами саморегуляции.</p> <p>Занятия: устранение эмоциональных блоков,</p>

			снятие мышечного напряжения
3.5	Уверенность на экзамене. Преодоление страха и тревоги на экзамене	март	Выработка объективного отношения к ОГЭ, снижение тревоги и страха перед экзаменом.
3.6	Мои лучшие качества. Установка на успех	апрель	Изменение отношения к стрессовой ситуации накануне экзамена
4. Просветительско-профилактическая работа (2 часа)			
4.1	Выступление на родительском собрании «Психологический комфорт в семье во время экзаменов».	декабрь	«Рекомендации для родителей. Как поддержать выпускника?»
4.2	Совещание с педагогами по стратегиям поддержки обучающихся.	январь	Выдача рекомендаций учителям.
4.3	День телефона доверия	май	Оформление тематического стенда, доведение информации до выпускников
5. Консультативная работа (6 часов)			
5.1	Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменам. Оказание помощи в проблемных ситуациях. Консультирование учащихся, учителей и родителей по обобщённым результатам диагностики психологической готовности к ОГЭ	октябрь-май	Психологическая поддержка. Выработка эффективных форм взаимодействия между педагогами и обучающимися, родителями и детьми накануне экзаменов. оказание психологической помощи субъектам ОГЭ, обучение их навыкам саморегуляции и самоорганизации.
5.2	Индивидуальные консультации для выпускников по запросам	октябрь-май	Психологическая поддержка.