

**Служба психолого – педагогического сопровождения МБОУ ПГО  
"СОШ п.Зюзельский"**

**План мероприятий по психологической подготовке обучающихся к ОГЭ  
на 2021 – 2022 учебный год**

**Цели:**

- Психологическая поддержка обучающихся, их родителей и учителей в период подготовки и проведения ОГЭ.
- Обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышения уверенности в себе.

**Задачи:**

- Сформировать у обучающихся психотехнические навыки, позволяющие эффективно подготовиться к экзаменам, развить навыки мыслительной деятельности, навыки и умения мобилизовать себя в решающей ситуации.
- Провести работу с учителями и родителями обучающихся 9-х классов по психологическому сопровождению во время подготовки и проведения экзаменов.

**Участники:** обучающиеся 9-х классов, учителя 9-х классов родители обучающихся.

**Этапы реализации плана по психологическому сопровождению ОГЭ**

№ п/п	Содержание деятельности	Сроки исполнения	Ответственные
<b>I. Организационный этап</b>			
<b>Обучающиеся</b>			
1.	Проведение тестирования (диагностика) обучающихся с целью определения сформированности психотехнических навыков.	сентябрь	педагоги-психологи
2.	Психологическое сопровождение при выборе предметов для сдачи ОГЭ по результатам диагностик.	октябрь	педагоги-психологи
<b>II. Подготовительный этап (реализация аналитической, мотивационной и плановой функции)</b>			
<i>1. Фронтальная подготовка, предоставляющая необходимую информацию о правилах и нормах процедуры ОГЭ, направленная на выработку индивидуального стиля работы.</i>			
3.	Тренинговые психологические занятия с обучающимися по формированию умения управлять собой, в частности, справляться с тревожностью и неопределённостью (по материалам психологической программы Яковлевой Е.Л. "Развитие творческого потенциала личности школьника»)	в течение года	педагоги-психологи
4.	Тренинговые психологические занятия с обучающимися по формированию умения справляться с конфликтными и стрессовыми ситуациями на основе знания своих сильных и слабых сторон, понимания причины своих действий и их последствий (по материалам психологической программы Яковлевой Е.Л. «Развитие творческого потенциала личности школьника»).	в течение года	педагоги-психологи
	Развитие психотехнических навыков необходимых для успешной сдачи экзаменов: <ul style="list-style-type: none"><li>• Гимнастика мозга;</li><li>• Упражнения для снятия зрительного утомления.</li></ul>	ноябрь-февраль на классных часах	педагоги-психологи
<i>2. Выработка индивидуальных стратегий поддержки</i>			

<i>для конкретных обучающихся с учётом их индивидуальных особенностей.</i>			
	Индивидуальные психологические консультации тревожных обучающихся.	в течение года	педагоги-психологи
	Индивидуальные психологические консультации обучающихся с низкой самооценкой.	в течение года	педагоги-психологи
	Составление рекомендаций для обучающихся, педагогов и родителей по результатам психологических исследований.	в течение года	педагоги-психологи
<b>Родители</b>			
	Выступления на родительских собраниях: «Ваш ребёнок сдаёт экзамены. Полезные советы психолога» (9 кл.); «Как помочь ребёнку при подготовке и во время итоговой аттестации»	по плану школы и по запросу классных руководителей.	педагоги-психологи
	Индивидуальные консультации родителей по возникшим проблемам, связанным со сдачей экзаменов.	в течение года	педагоги-психологи
<b>Учителя</b>			
	Обсуждение диагностики обучающихся с учителями 9-х и 11-х классов и рекомендации психологов.	ноябрь	педагоги-психологи
	Занятие – практикум «Профилактика эмоционального и профессионального выгорания» (игровая форма).	март	педагоги-психологи
<b>III. Этап проведения ОГЭ</b>			
	Психологическая поддержка обучающихся при проведении ОГЭ непосредственно перед экзаменом.	май	педагоги-психологи
	Психологические рекомендации участникам ОГЭ: - Психологические рекомендации обучающимся; - Психологические рекомендации родителям; - Психологические рекомендации учителям.	в течение года	педагоги-психологи
<b>IV. Анализ результатов и выработка предложений</b>			
	Анализ возникших психологических проблем при подготовке и проведении ОГЭ и определение путей работы по их преодолению.	июнь	педагоги-психологи