**СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ:**

**Заместитель директора по ВР Директор МКОУ**

**«Краснооктябрьская СОШ»**

**МКОУ «Красноооктябрьская СОШ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Арабиева П.Д. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Исмаилов Г.А.**

**«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г.**

**План работы педагога-психолога**

**МКОУ «Краснооктябрьская СОШ им.Р.Гамзатова»**

**по психологическому сопровождению в период подготовки к ОГЭ и ЕГЭ для 9-11 классов**

**Составитель:**

**Педагог- психолог : Тагирова П.Р.**

**2022-2023 уч.год**

Пояснительная записка

    Государственные экзамены в 11 и в 9 классах радикально отличается от привычной формы проверки знаний. Наиболее значимые характеристики, которые требуются в процессе их сдачи:

 · высокая мобильность, переключаемость;

 · высокий уровень организации деятельности;

 · высокая и устойчивая работоспособность;

 · высокий уровень концентрации внимания, произвольности;

 · четкость и структурированность мышления, комбинаторность;

 · сформированность внутреннего плана действий.

   При подготовке и проведению итоговых государственных экзаменов в форме ГИА можно выделить основные направления работы школы в ходе психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса:

 1. Просветительское

 2. Диагностическое

 3. Консультативное

 4. Профилактическое

 5. Аналитическое.

**Цель**: оказание психологической помощи обучающимся при подготовке и сдаче к ГИА.

**Задачи**:

 1. Знакомство выпускников с особенностями и процедурой ГИА для снижения тревоги и повышения интереса к результатам экзамена.

 2. Овладение учащимися способами регуляции эмоционального состояния, способами релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышения сопротивляемости стрессу.

 3. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы;

 4. Самодиагностика психологических особенностей, уровня тревожности и компетентности в подготовке к итоговой аттестации.

 5. Обучение учащихся способам самомотивирования и реагирования на негативные эмоции

  6. Стимулировать самостоятельный поиск путей профилактики, предупреждения и преодоления негативного влияния интенсивной учебной деятельности на организм.

**Формы и методы работы**.

   Оптимальная форма фронтальной психологической подготовки выпускников к ЕГЭ - психолого-педагогические занятия с элементами тренинга.

На занятиях не происходит обучение технологиям, но и формируются позитивные установки, помогающие эффективно сдавать экзамены и справляться с любыми стрессовыми ситуациями в жизни. В процессе занятий каждый участник пополняет свою «копилку» представления о ГИА: «чем лично для меня ГИА лучше традиционного экзамена»: «что лично мне помогает чувствовать себя увереннее (мои ресурсы)».

Формы работы: групповая дискуссия, разбор конкретных ситуаций на экзаменах, отработка умений и навыков в специальных упражнениях, групповое обсуждение, информирование, психогимнастика, «мозговой штурм», освоение техник саморегуляции, самоподержки в специальных упражнениях.

**Этапы реализации плана психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса при проведении государственной (итоговой) аттестации**

**I. Подготовительный этап (реализация информационно-аналитической, мотивационно-целевой, планово-прогностической функции)**

  Фронтальная подготовка учащихся, предоставляющая им необходимую информацию о правилах и нормах процедуры ЕГЭ и ГИА и направленная на выработку индивидуального стиля работы.

1.    Тестирование учащихся 11-х, 9-х классов с целью выявления уровня школьной тревожности, самочувствия, активности, настроения, индивидуальных интеллектуальных и психологических особенностей, для построения дальнейшей коррекционной работы.

2.  Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.

 4. Психологические коррекционные занятия «Экзамен как повод поиграть»

 5. Психологическое просвещение через групповые консультации

 6. Контрольно-измерительные материалы. Структура, правила работы.

 7. Репетиционный экзамен.

**II. Выработка индивидуальных стратегий поддержки для конкретных учащихся с учетом их индивидуальных особенностей.**

 1. Индивидуальные психологические консультации тревожных учащихся.

 2. Индивидуальные психологические консультации учащихся, находящихся на индивидуальном обучении.

 3. Индивидуальные психологические консультации учащихся с низкой самооценкой.

 4. Индивидуальные психологические консультации демонстративных учащихся

 5. Индивидуальные психологические консультации трудных учащихся

 6. Составление рекомендаций для учащихся, педагогов и родителей по результатам психологических исследований.

**III. Привлечение родителей: ознакомление со спецификой итоговых аттестаций**.

 1. Правила и процедура экзамена. Нормативные документы.

 2. Групповые консультации на родительских собраниях «Психологическая помощь при подготовке к ЕГЭ» «Как помочь своему ребенку при подготовке и во время итоговой аттестации»

3. Индивидуальные консультации родителей по возникшим проблемам, связанным со сдачей экзаменов.

 4. Индивидуальные собеседование родителей и учащихся с администрацией школы, с учителями- предметниками по вопросам прохождения итоговой аттестации.

**IV. Проведение ЕГЭ и ГИА (реализация организационно — исполнительской, контрольно — диагностической функций).**

 1. Педагогический совет «Формирование мотивационных установок субъектов образовательного процесса к организации и проведению ЕГЭ и ГИА».

 2. Индивидуальные консультации педагогов по способам обеспечения благоприятной психологической атмосферы при проведении ЕГЭ.

 3. Производственное совещание с рекомендациями по психологическому сопровождению процесса подготовки к ЕГЭ и ГИА в школе.

 4. Психологическая поддержка учащихся при проведении ЕГЭ непосредственно перед экзаменом.

**V. Анализ результатов и выработка предложений по подготовке к итоговой аттестации в форме ГИА и ЕГЭ.**

 1. Анализ проведения репетиционных экзаменов.

 2. Выработка рекомендаций.

 3. Анализ возникших психологических и педагогических проблем при подготовке и проведении итоговой аттестации и определение путей работы по психолого-педагогическому сопровождению учащихся на следующий учебный год.

**Ожидаемые результаты:**

- 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;

- развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды деятельности** | **Содержание** | **Цель** | **Сроки** | **Ответственные** |
| **1.** | **Работа с учащимися 9-11-х классов**  **Диагностика.** | 1. Сильные стороны и трудности. | Выявление уровня тревожности выпускников. | октябрь-ноябрь | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **2** | **Тренинг «Экзамены без стресса» 9 класс** | 1« +» и « - « экзамена  2 Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене.  3 Способы снятия нервно – психического напряжения  4 Формирование положительного эмоционального фона | Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно- мышечного напряжения. | 1 февраля | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **3.** | **Индивидуальные и групповые занятия (по запросу)** | 1. Как лучше подготовиться к экзаменам | Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам | октябрь | Классные руководители |
| **4.** |  | 2. Поведение на экзамене | Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена. | ноябрь | Социальный педагог |
| **5.** |  | 3. Память и приёмы запоминания. | Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти | декабрь | Педагог-психолог |
| **6.** |  | 4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала» | Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала. | январь | Педагог-психолог |
| **7.** |  | 5. «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации». | Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации. | февраль | Педагог-психолог  Соц.педагог |
| **8.** | **«Подготовка к ОГЭ»** | консультация | Видеоурок «Советы психолога выпускникам» | март | Психолог центра Слободчикова Н.И. |
| **9.** | **Тренинг «Экзамены без стресса» 11 класс** | 1«+» и «-» экзамена  2 Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене.  3 Способы снятия нервно – психического напряжения  4 Формирование положительного эмоционального фона | Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно- мышечного напряжения. | март | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **10.** | **Тестирование.** | На определение стрессоустойчивости личности 9 и 11 класс |  | март | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **11.** | **Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА** | «Как противостоять стрессу» |  | март | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **12.** | **Диагностика «Психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов»** |  |  | апрель | Педагог-психолог  Тагирова П.Р. |
| **13.** | **Практикум с педагогами на тему: «Помощь педагогов обучающимся при подготовке к экзаменам»** |  |  | апрель | Педагог-психолог  Тагирова П.Р.  Социальный педагог |
| **14.** | **Тренинг «Повышения уверенности в себе» 9, 11 класс** |  |  | май | Педагог-психолог  Социальный педагог |
| **15.** | **Оформление стенда для выпускников** | «Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА». | Информация по подготовке к экзаменам. | В течение года | Классные руководители |
| **16.** | **Работа с родителями выпускников** | 1. «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА».  «Как противостоять стрессу». | – познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе единого государственного экзамена;  – проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям;  – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации. | Апрель-май | Психолог совместно с зам. директора по УВР |
| **17.** | **Практическая работа** | 2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки | – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации. | В течение года | Педагог-психолог  Социальный педагог |
| **18.** | **Консультации** | Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА. | Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ЕГЭ и ГИА. | В течение года | Классные руководители  Педагог-психолог  Социальный педагог |
| **19.** | **Работа с**  **учителями -предметниками** | Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся (по запросу) | выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ и ГИА. | В течение года | ЗД по УВР  Классные руководители |
| **20.** | **Работа с классными руководителями.** | Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА | Рекомендации учащимися по подготовке к экзаменам. | В течение года | Педагог-психолог  Социальный педагог |