

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ СОШ № 4
им.Г.П.Бочкаря
_____Е.В.Кропачева
« ____ » _____ 2022г.

План работы
педагога-психолога МБОУ СОШ №4 имени Г.П.Бочкаря
по психолого – педагогическому сопровождению обучающихся при
подготовке к ЕГЭ и ОГЭ
на 2022 – 2023 учебный год

| № | Виды деятельности | Содержание | Цель | Сроки | Ответственные |
|---|-----------------------------------|---|---|----------|---------------|
| 1 | Нормативная документация | Составление и утверждение плана работы по подготовке выпускников к ОГЭ и ЕГЭ | | сентябрь | Психолог |
| 2 | Работа с учащимися 9-11-х классов | <p>1 Анкета. Готовность к ОГЭ и ЕГЭМ.Ю. Чибисовой.</p> <p>2. Групповое занятие № 1 Программа психолога – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех»</p> | <p>Осведомлённость учащихся с процедурой экзамена.</p> <p>Готовность к ЕГЭ и ОГЭ глазами самих учеников</p> | октябрь | Психолог |
| | | <p>1. Тест « Подвержены ли вы экзаменационному стрессу» О.В. Ерёмкина.</p> <p>2. Групповое занятие №2. ». «+» и «-» экзамена» Программа психолога – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех».</p> | <p>Психологическая поддержка.</p> <p>Создание позитивных установок у группы на дальнейшее обсуждение темы ОГЭ и ЕГЭ</p> | ноябрь | Психолог |
| | | 1. Диагностика | Психологическая | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---------|----------|
| | | <p>общей самооценки (опросник Г.Н. Казанцевой)</p> <p>2. Групповое занятие №3. Способы снятия нервно – психического напряжения. Программа психолого – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех».</p> | <p>кая поддержка.</p> <p>Обучение приёмам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения. Снятие тревожности.</p> | декабрь | Психолог |
| | | <p>1.Стресс – тест Ю.В. Щербатых</p> <p>2.Групповое занятие № 4 « Как справиться со стрессом на экзамене». Программа психолого – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех».</p> | <p>Психологическая поддержка. Знакомство с эффективным и кратковременными средствами борьбы со стрессом.</p> | январь | Психолог |
| | | <p>1.Диагностика уровня тревожности в ситуации проверки знаний. А.Ю. Барышев</p> <p>2. Групповое занятие № 5 « Как бороться со стрессом» Программа психолого – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на</p> | <p>Психологическая поддержка. Знакомство с эффективным и кратковременными средствами борьбы со стрессом</p> | февраль | Психолог |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--------|----------|
| | | успех». | | | |
| | | <p>1. Групповое занятие № 6 « Память и приёмы запоминания» Программа психолога – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех».</p> <p>2. Индивидуальная работа с выпускниками с высоким уровнем тревожности 9-11 класс</p> | <p>Психологическая поддержка.</p> <p>Знакомство с методами активного запоминания.</p> | март | Психолог |
| | | <p>1. Групповое занятие № 7 « Как управлять негативными эмоциями».</p> <p>Программа психолога – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех «</p> | <p>Психологическая поддержка</p> <p>Обучение способам избавления от негативных эмоций.</p> <p>Снятие эмоционального напряжения</p> | апрель | Психолог |
| | | <p>Аутотренинг « Снятие нервного напряжения во время подготовки и проведения экзаменов»</p> <p>Программа психолога – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на</p> | Психологическая поддержка | май | Психолог |

| | | | | | |
|-----------|--|--|---|----------------|--|
| | | успех». | | | |
| | Практическая работа | Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ГИА | Дать рекомендации по подготовке к экзаменам | В течении года | Психолог |
| 3 | Работа с родителями выпускников | 1. «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять стрессу». 2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки | – 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. | В течении года | Психолог совместно с зам.директора по УР |
| 4 | 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 | Психолог |
| 5. | Работа с | Совместное изучение | выработка оптимальной | | Психолог |

| | | | | | |
|----------|---|---|--|----------------|---------------------------------|
| | учителями - предметниками | индивидуальных особенностей учащихся (по запросу) Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Памятка. | стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ и ГИА. | В течение года | |
| 6 | Работа с классными руководителями. | Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Памятка. | Рекомендации учащимся по подготовке к экзаменам. | В течение года | Психолог, классные руководители |
| 7 | Оформление стенда для выпускников | «Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА». | Информация по подготовке к экзаменам. | В течении года | Психолог |
| 8 | Работа с родителями | Индивидуальное и групповое информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА. | Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой и сдачей экзаменов ЕГЭ и ГИА. | В течении года | Психолог |