

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
лицей №48 имени Александра Васильевича Суворова**
Красноармейская ул., д.2, Краснодар, 350063, тел./ факс (861)268-52-44, e-mail: School48@kubannet.ru

Утверждаю
Директор МАОУ лицей №48
_____ Е.Н.Мизенко
«__» _____ 2024 года

**План
работы педагога-психолога
по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ в 2024-2025 уч. г.**

Составитель:
педагог-психолог
Панкова М.А.

г. Краснодар, 2024

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ОГЭ и ЕГЭ для успешной сдачи и получения максимально возможных баллов за экзамен выпускниками.

Цель психологической подготовки – выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и сдаче ЕГЭ 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.

Цель: оказание психологической помощи выпускникам 9, 11-х классов и их родителям в подготовке ОГЭ и ЕГЭ.

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ: отработать навыки самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развить внимание, память, мышление.
2. Снизить уровень тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.
3. Содействовать адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ и ЕГЭ.

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемый результат	Сроки
<p>1. Организационно-методическая работа. <i>Цель – разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.</i></p>			
<p>1. Ознакомительные беседы в 9,11 кл.</p>			
1.1.	Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11 классов с проблемами психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ.	1.Формирование психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ; 2.Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ и ЕГЭ.	В течение года

1.2.	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.		
1.3.	Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.		
2. Диагностическое направление.			
<i>Цель – информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ОГЭ и ЕГЭ.</i>			
2.1.	1.Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ОГЭ и ЕГЭ. 2.Проведение диагностики. 3.Анализ полученных результатов.	Определение уровня психологической готовности к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ (самоорганизация и самоконтроль, тревожность – личностный компонент, знакомство с процедурой ОГЭ и ЕГЭ – процессуальный компонент).	
2.2.	Подвержены ли вы экзаменационному стрессу? О.В. Еремина; Анкета «Готовность к ЕГЭ» Чибисова М.Ю.	Выявления уровня психологической готовности к ЕГЭ и ОГЭ	Октябрь-ноябрь
	Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.	Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет общей самооценки	Ноябрь
	Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (Р.В. Овчарова); Профорентация (опросник Климова).	Диагностика учащихся 8-11 классов на предмет профессиональных планов и намерений (профорентационная работа)	Ноябрь-декабрь
3. Цикл практических занятий.			
<i>Цель – создание условий для психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ и решения психологических проблем учащихся.</i>			

3.1.	1.Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9, 11-х классов по развитию у них самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности. 2.Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции. 3.Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ.	Овладение учащимися приёмами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.	В течение года
3.2.	Подготовка методических рекомендации выпускникам по подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам.	
4. Индивидуальные и групповые занятия.			
4.1.	Темы:		
	«Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала.	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	Январь
	«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации».	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации.	Февраль
5. Работа с родителями выпускников.			
5.1.	Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ОГЭ и ЕГЭ.	Дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	Март

5.2.	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ОГЭ и ЕГЭ.	Оказание помощи по вопросам, связанных с ОГЭ и ЕГЭ.	В течение года
5.3.	Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и их родителей.		
5.4.	Разработка рекомендаций, памяток для родителей.		
5.5.	Работа по запросу родителей.		
6. Работа с классными руководителями.			
6.1.	Совместный контроль подготовки к ОГЭ и ЕГЭ.	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам.	В течение года
6.2.	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам.	Ноябрь

Педагог-психолог

Панкова М.А.