

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 3

_____ Н.М. Волкова

" 30 " августа 2023 г.

План работы педагога-психолога МБОУ СОШ № 3

по психолого-педагогическому сопровождению

обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ

на 2023-2024 учебный год

№	Мероприятия	Сроки	Отметка о выполнении
1	Первичный опрос обучающихся 9 - х классов об ОГЭ	Сентябрь	
2	Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний (методика Барышева А.Ю.)	Октябрь-ноябрь	
3	Исследование самооценки, уровня тревожности (методика Кандаша)	Декабрь - январь	
4	Изучение особенностей познавательной деятельности, типа интеллекта	Апрель	
5	Определение уровня психологической готовности к экзаменам (опросник "Итоги ЕГЭ")	После проведения пробных экзаменов	
6	Групповые консультации: Упражнения на преодоление экзаменационной тревожности 9 - е классы Стресс. Профилактика экзаменационного стресса 11 класс	Весь период	
7	Обучение навыкам саморегуляции и саморасслабления (аутотренинговые упражнения, релаксационные техники)	Весь период	
8	Реализация цикла групповых занятий в 9 - х классах по психологической подготовке к сдаче ОГЭ: Уверенность Цветные ассоциации Экзамен без стресса	Октябрь-май	
9	Реализация цикла групповых занятий в 11 классе по психологической подготовке к ЕГЭ: Психологическая игра "Параллельный мир" Уверенность Боремся с негативной установкой	Октябрь-май	

10	Оказание помощи в проведении родительских собраний по вопросам подготовки к ОГЭ и ЕГЭ	По запросу	
11	Подготовка цикла информационного материала на стенд: психотехнические упражнения для снятия психологической напряженности	В течение года	
12	Работа с методическими рекомендациями по психологической подготовке выпускников по вопросам формирования благоприятного информационного пространства, с целью профилактики негативного отношения к ГИА и формированию осознанного подхода обучающихся к учебе	Ноябрь-январь	
13	Информирование обучающихся об особенностях процедуры и содержания итогового сочинения по русскому языку в 2023-2024 учебном году	Сроки установленные федеральными документами постоянно	
14	Рекомендации для обучающихся: ГИА - твой путь к успеху: как сдать ЕГЭ без нервного срыва	Ноябрь	
15	Мотивация успеха и боязнь неудачи - опросник А. Реана	В течение года	
16	Диагностика: Измерение степени выраженности астенического состояния	В течение года	
17	Диагностика: Шкала школьной тревожности и стресса	В течение года	