**План психологического сопровождения обучающихся 9 классов при подготовке к экзаменам (ОГЭ) в 2023-2024 учебном году**

**в МБОУ «Малотавринская СОШ»**

**Цель психологического сопровождения** – создание социально-психологических условий для успешной подготовки и сдачи экзаменов, а также выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ГИА и позволят каждому обучающемуся более успешно вести себя во время экзамена.

**Задачи:**

1. Ознакомление учащихся с психотехническими навыками, повышающими эффективность подготовки к экзаменам.
2. Формирование и развитие умения мобилизоваться в стрессовой ситуации
3. Развитие навыков мыслительной деятельности.
4. Развитие психологической компетентности педагогов и родителей.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Наименование мероприятия. Форма проведения** | **Планируемый результат** | **Участники** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| 1. **Диагностическое направление**  **Цель –** информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ГИА | | | | | |
| 1 | Диагностика «Психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов (ГИА, ЕГЭ). Анкета «Готовность к ОГЭ» для учащихся 9 класса | Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по 3 –м компонентам психологической готовности к ГИА (самоорганизация и контроль, познавательные процессы – познавательный компонент, тревожность- личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА – процессуальный компонент). | Учащиеся 9 класса | Декабрь-январь | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| 2 | Диагностика уровня школьной тревожности.  Тест Филлипса – на выявление уровня тревожности выпускников 9 класса. |
| **2. Психокоррекционная работа и развивающая работа с учащимися.**  **Цель –** создание условий для психологической готовности к ГИА и решения психологических проблем конкретных учащихся. | | | | | |
| 1 | Формирование групп учащихся с низким уровнем психологической  Готовности к ГИА, планирование занятий с ними:  Занятие№1  «Как лучше подготовиться к экзаменам»  Занятие № 2:  «Поведение на экзамене»  Занятие № 3:  «Способы снятия нервно – психического напряжения»  Занятие №4:  «Способы саморегуляции в стрессовой в стрессовой ситуации»  Занятие №5  «Эмоции и поведении» | Овладение учащимися приемами и навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.  Проведение занятий по релаксации на основе изучения приемов и методов психофизической саморегуляции.  Понятие «тревожность» и «стресс»  Акцентировать внимание учащихся на «здоровые» способы преодоления тревожности, ознакомление их с упражнениями на расслабление.  Первая помощь при остром стрессе. | Учащиеся 9 класса испытывающие трудности | Январь - май | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| **Консультирование учащихся, родителей, педагогов по вопросам психологической готовности к экзаменационным испытаниям.**  **Цель-** оказание психологической помощи и поддержки субъектам ГИА и ЕГЭ обучение их навыкам саморегуляции. | | | | | |
| 1 | Выступление на родительских собраниях «Как помочь ребенку подготовится к экзаменам» | Понимание необходимости  психологического сопровождения ГИА, формирование представлений о мотивационных установках к организации ГИА. | Родители учащихся 9 класса | Декабрь-февраль | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| 2 | Работа по запросу родителей и педагогов. | Психопросвещение родителей и учителей по интересующим вопросам. |  | Февраль –  май | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| 3 | Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ГИА | Консультации, беседы по запросам учащихся 9 класса  Закрепление навыков саморегуляции, приемов релаксации, аутотренинга. |  | Декабрь- май | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| 4 | Консультирование учащихся по результатам тестирования | Ознакомление учащихся с результатами диагностических процедур | Учащиеся 9 классов | Февраль | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| **Профилактическая работа. Цель** – создание благоприятных условий для проведения ГИА | | | | | |
| 1 | Стендовая информация на тему: «Советы психолога по подготовке к ГИА» Рекомендации для родителей и учителей как помочь в подготовке к экзаменам. | Психологическое просвещение учащихся, родителей и учителей по интересующим вопросам. |  |  | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| **Организационно- методическая работа. Цель –** разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций. | | | | | |
| 1 | Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 класса с проблемами психологической готовности к ГИА. | Формирование психологической готовности выпускников |  | Декабрь-май | Педагог-психолог Камаева О.И. |
| 2 | Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей. |
| 3 | Составление расписания занятий по психологическому сопровождению |

Педагог-психолог: Камаева Ольга Ильинична