**План работы педагога-психолога**

**по психологическому сопровождению**

**учащихся 9 класса в рамках подготовки к ОГЭ**

**в МОУ ИРМО «Большеголоустненская ООШ»**

**2019 - 2020 учебный год.**

**Цель:** оказание психологической помощи учителям, выпускникам 9 класса и их родителям в период подготовки к ОГЭ-2020г.

**Задачи:**

1. Повышение сопротивляемости стрессу.

2. Отработка навыков поведения на экзамене.

3. Развитие уверенности в себе.

4. Развитие коммуникативной компетентности.

5. Развитие навыков самоконтроля.

6. Помощь в осознании собственной ответственности за поступки, в анализе своих установок.

7. Обучение приёмам эффективного запоминания

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п.** | **Мероприятия.** | **Направление работы** | **Сроки.** | **Ответственный.** |
| 1. | Выявление уровня тревожности выпускников (тест Филлипса) | Психологическая диагностика | Ноябрь | Педагог-психолог |
| 2. | Беседа о поведении на экзамене (рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена) | Психологическое просвещение | Ноябрь | Педагог-психолог |
| 3. | Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ОГЭ. Памятка.  – предложить рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам | Методическая работа | Ноябрь | Педагог-психолог |
| 4. | Тест «Стресс» (анкета)-выявление уровня стресса у выпускников | Психологическая диагностика | Декабрь | Педагог-психолог |
| 5. | Беседа «Память и приёмы запоминания. Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти | Психологическое просвещение | Декабрь | Педагог-психолог |
| 6. | Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ОГЭ | Методическая работа | Декабрь-февраль | Педагог-психолог |
| 7. | Беседа «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»  Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала. | Психологическое просвещение | Январь | Педагог-психолог |
| 8. | Оформление стенда для выпускников  «Время вспомнить о ОГЭ».  Информация по подготовке к экзаменам. | Психологическое просвещение | Январь | Педагог-психолог |
| 9. | Тест «Моральная устойчивость»  Выявление уровня моральной устойчивости. | Психологическая диагностика | Февраль | Педагог-психолог |
| 10. | Беседа «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации». Сказка «Страус». Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации. | Психологическая коррекция | Февраль | Педагог-психолог |
| 11. | Родительский лекторий: «Психологические особенности подготовки к ОГЭ».  «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. | Психологическое просвещение | Март | Педагог-психолог |
| 12. | Подготовка методических рекомендаций родителям.  – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации. | Методическая работа | март | Педагог-психолог |
| 13. | **Тренинг** (с элементами арттерапии). «ОГЭ: с чувством, с толком, с расстановкой»  Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. | Психологическая коррекция | Апрель – май | Педагог-психолог |
| 14. | Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ОГЭ.  Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ОГЭ.  (по запросу) | психологическое консультирование | В течение года | Педагог-психолог |