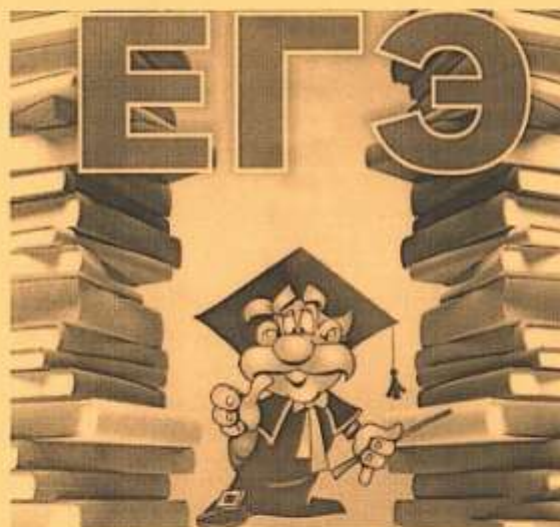




Республика
Северная Осетия-Алания



План работы психолога
по подготовке к ЕГЭ и ОГЭ
2019 – 2020 уч. Год



Педагог-психолог
МБОУ СОШ с. Дзуарикау
Черемушкина Л.В.

№	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 классов	Знакомство Анкета «Стресс», «Стресс-Тест»	Формирование положительного настроя на работу Выявление уровня стресса	октябрь ноябрь	Психолог
3	Диагностика	Опросник « Итоги ЕГЭ »	Психологическая поддержка. Создание позитивных установок у группы на дальнейшее обсуждение темы ОГЭ и ЕГЭ	декабрь	Психолог
4	Групповые занятия 9-11 классы	Как лучше подготовиться к экзаменам	Психологическая поддержка. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно- мышечного напряжения. Снятие тревожности.	декабрь	Психолог
5	Работа с родителями выпускников	Собрание «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ОГЭ». «Как противостоять стрессу».	Психологическая поддержка. 1.Знакомство с эффективными кратковременными средствами борьбы со стрессом. 2.Дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	декабрь	Психолог

6	Диагностика	Тест на выявление уровня тревожности	Выявление уровня тревожности	январь	Психолог
7	Групповые занятия 9-11 классы	Память и приемы запоминания	Психологическая поддержка. Знакомство с методами активного запоминания.	январь	Психолог
8	Групповые занятия 9-11классы	Приемы мобилизации и овладения со своими чувствами. Обучение работе с текстами, отработка полученных навыков	Психологическая поддержка Обучение способам избавления от негативных эмоций. Снятие эмоционального напряжения	январь	Психолог
9	Групповые занятия 9-11классы	Аутотренинг « Снятие нервного напряжения во время подготовки и проведения экзаменов» Программа психолого – педагогического сопровождения « Экзамены. Путь на успех».	Психологическая поддержка	февраль	Психолог
10	Групповые занятия 9-11классы	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	февраль	Психолог
11	Групповые занятия 9-11классы	«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой	март	Психолог

			ситуации		
12	Индивидуальные консультации	Психологическая подготовка к ЕГЭ и ОГЭ	Дать рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему.	В течение года	Психолог
13	Работа с родителями выпускников	1. «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять стрессу». 2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятки	– 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
14	Консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ЕГЭ и ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанным с подготовкой к ЕГЭ и ГИА.	В течение года	Психолог
15	Работа с учителями - предметниками	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся	Оказание помощи по вопросам, связанным с ЕГЭ и ОГЭ	В течение года (по запросу)	Психолог
16	Работа с классными руководителями.	Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА. Совместный контроль подготовки к ЕГЭ и ОГЭ	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам	В течение года (по запросу)	Психолог, классные руководители

Педагог- психолог _____ Черемушкина Л.В.