

Муниципальное общеобразовательное учреждение Дубровская основная школа  
муниципального образования «Николаевский район» Ульяновской области

Утверждаю

Директор Дубровской ОШ

А.Н.Бахтуров

Приказ № 188 от 29.08.23



**План психологического сопровождения  
всех участников образовательного процесса по  
проведению ОГЭ в 9 классе МОУ «Дубровская  
ОШ»**

**В 2023-2024 учебном году**

2023-2024 учебный год

**Цель:** отработка стратегии и тактики поведения учащихся, родителей, педагогов в период подготовки к государственным экзаменам; обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля; повышение уверенности в себе, в своих силах.

**Методы:** лекции, групповая дискуссия, игровые методы, релаксационные техники, диагностические методики, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, совещания педагогов.

**Формы работы:** любые мероприятия можно проводить как в реальном пространстве, так и с использованием дистанционных технологий.

**Задачи для учащихся:**

1. Повышение сопротивляемости стрессу.
2. Отработка навыков уверенного поведения.
3. Развитие эмоционально-волевой сферы.
4. Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы.

**Методическая работа психолога по сопровождению ОГЭ :**

<i>№ п/п</i>	<i>Проводимая работа</i>	<i>Сроки работы</i>
1	Оформление школьного стенда по психологическому сопровождению ОГЭ .	Октябрь
2	Разработка рекомендаций, буклетов для учащихся: «Как вести себя во время экзаменов». «Способы снятия нервно-психического напряжения». «Скорая помощь" в стрессовой ситуации».	Сентябрь - декабрь
3	Разработка рекомендаций, буклетов для родителей по организации работы и охраны здоровья, учащихся в период подготовки и сдачи экзаменов.	Сентябрь - декабрь
4	Разработка рекомендаций, буклетов для педагогов по подготовке учащихся к экзаменам.	Сентябрь - декабрь
5	Подготовка и проведение родительских собраний, семинаров и совещаний с педагогами по сопровождению ОГЭ .	
6	Проведение индивидуальных и групповых занятий с выпускниками 9 классов по психологической подготовке к сдаче ОГЭ .	Январь - апрель
7	Индивидуальное информирование и консультирование всех участников образовательного процесса по	По мере поступления запроса

	вопросам, связанным с ОГЭ .	
--	-----------------------------	--

### Сентябрь

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
9-ые классы	Родительское собрание «Психологическая подготовка ребенка к экзамену».	2-3 неделя сентября	Развитие стрессоустойчивости в ситуациях проверки знаний.

### Октябрь

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Индивидуальные и групповые консультации по запросу	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации по запросу	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Родители	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций

### Ноябрь

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Индивидуальные и групповые консультации по запросу	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Родители	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций

### Декабрь

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Индивидуальные и групповые консультации по запросу. Занятие «Способы снятия нервно-психического напряжения»	В течение месяца  4-я неделя месяца	Запись занятия выкладывается на

			сайт школы
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации.	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Родители	Индивидуальные и групповые консультации.  Занятие «Тайм-менеджмент для старшеклассника: секреты успеха дистанционной подготовки к ОГЭ».	В течение месяца	Информация в журнале консультаций  Запись занятия выкладывается на сайт школы

### Январь

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	«Техника ненасильственного общения – язык жизни». Метод Маршалла Розенберга.  Разработка памяток для выпускников по организации учебного труда и самостоятельной работы  Индивидуальные и групповые консультации по результатам диагностики	3-я неделя месяца  4-я неделя месяца  В течение месяца	Запись занятия выкладывается на сайт школы  Бланк памятки в папке класса  Информация в папке класса
Учителя	Психолого-педагогический семинар: «Конфликт и способы его разрешения в классе с детьми и их родителями»  Индивидуальные и групповые консультации	По запросу администрации  В течение месяца	Текст выступления  Информация в журнале консультаций
Родители	Семинар «Техника ненасильственного общения – язык жизни». Метод Маршалла Розенберга. Индивидуальные и групповые консультации	4-я неделя месяца  В течение месяца	Текст выступления  Информация в журнале консультаций

### Февраль

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Групповое занятие с элементами тренинга «Формирование уверенности у выпускников средней школы»	2-я неделя месяца	Создание климата психологической безопасности
Учителя	Посещение уроков учителей-предметников и анализ психологической обстановки в классе Индивидуальные и групповые консультации	В течение второй четверти  В течение месяца	Данные рекомендаций, памяток в папке педагогов  Информация в журнале консультаций
Родители	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций

### Март

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Групповое занятие с элементами тренинга «Как научиться сдавать экзамены»	4-я неделя месяца	Повышение уверенности путем осознания своих сильных сторон
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Родители	Родительское собрание: «Как предупредить стресс во время подготовки и проведения экзаменов»	3-я неделя	Текст лекции, полезные советы в печатном виде

### Апрель

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций
Родители	Индивидуальные и групповые консультации	В течение месяца	Информация в журнале консультаций

### Май

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>

Выпускники	Индивидуальная работа с выпускниками по оказанию психологической помощи в состоянии предэкзаменац. стресса.	В течение месяца	Информация в папке класса
Учителя	Индивидуальные и групповые консультации.	В течение месяца	Информация в журнале консульт.
Родители	Индивидуальные и групповые консультации.	В течение месяца	Информация в журнале консульт.

**Июнь**

<i>Участники</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Сроки работы</i>	<i>Итоги работы</i>
Выпускники	Индивидуальные и груп. консульт. по снятию нервного напряжения и стрессовых ситуаций. Сопровождение учащихся на экзамены.	Перед каждым экзаменом	Информация в папке класса