


«Согласовано»

Заместитель директора по ВР

 А. Д. Салаватова

2023 г

«Утверждаю»

И.о. директора ГБОУ

«РТИМГ №1»

 Р. М. Камалов

2023 г



План

работы Д.В. Бондаревой Д.В., педагога-психолога высшей квалификационной категории

по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ в 2023-2024 уч. г.

План

ПО ПОДГОТОВКЕ ВЫПУСКНИКОВ К ЕГЭ И ОГЭ В 2022-2023 УЧ. Г.

Одной из задач школьной психологической службы является организация психологической подготовки к экзаменам в формате ОГЭ и ЕГЭ для успешной сдачи и получения максимально возможных баллов за экзамен выпускниками.

Цель психологической подготовки — выработка психологических качеств, умений и навыков выпускников, которые повысят эффективность подготовки к прохождению ОГЭ и сдаче ЕГЭ и позволят каждому ученику более успешно вести себя во время экзамена, т.е. будут способствовать развитию памяти и навыков мыслительной работы, концентрации внимания, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, владеть своими эмоциями.

Цель: оказание психологической помощи выпускникам 9, 11-ых классов и их родителям в подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.

Задачи:

1. Развить познавательный компонент психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ: отработать навыки самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развить внимание, память, мышление.
2. Снизить уровень тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции.

3. Содействовать адаптации учащихся к процессу проведения ОГЭ и ЕГЭ.

№ п/п	Содержание деятельности	Планируемый результат	Сроки
<p>1. Организационно-методическая работа. <i>Цель — разработка программ диагностики, коррекционных и развивающих занятий, рекомендаций.</i></p>			
<p>1. Ознакомительные беседы в 9, 11 кл.</p>			
1.1.	Разработка цикла занятий в форме психологического тренинга для учащихся 9 и 11 классов с проблемами психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ.	1. Формирование психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ 2. Создание банка методических разработок и наглядности по психологическому сопровождению готовности к ОГЭ и ЕГЭ.	в течение года
1.2.	Разработка рекомендаций, памяток для учащихся, педагогов, родителей.	Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.	Октябрь-апрель
1.3.	Оформление наглядных материалов для учащихся и родителей.	Составление и утверждение графика работы по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ.	сентябрь
1.4	Нормативная документация	Справка о результатах проведения диагностики	В течение года
<p>2. Диагностическое направление. <i>Цель — информационное обеспечение процесса психологического сопровождения готовности к ОГЭ и ЕГЭ</i></p>			

2.1	<p>1. Подбор методик для диагностики психологической готовности учащихся к ОГЭ и ЕГЭ.</p> <p>2. Проведение диагностики.</p> <p>3. Анализ полученных результатов.</p>	<p>Определение уровня психологической готовности выпускников к экзаменационным испытаниям по трем компонентам психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ (самоорганизация и самоконтроль, тревожность — личностный компонент, знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ — процессуальный компонент).</p>	
	<p>Подвержены ли вы экзаменационному стрессу? О.В. Еремينا</p> <p>Анкета «Готовность к ЕГЭ» Чибисова М.Ю.</p> <p>Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан</p>	<p>Выявление уровня психологической готовности к ЕГЭ и ОГЭ</p> <p>Диагностика учащихся 9-11 классов на предмет общей самооценки</p>	<p>Октябрь</p> <p>октябрь – 11 кл., ноябрь – 9 кл.</p>
<p>3. Цикл практических занятий</p> <p><i>Цель – создание условий для психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ и решения психологических проблем учащихся.</i></p>			

3.1	<p>1. Проведение цикла занятий в форме психологических тренингов, игр для учащихся 9-11-х классов по развитию у них самоорганизации и самоконтроля, снятия тревожности.</p> <p>2. Проведение занятий по релаксации на основе изучения методов и приемов психофизической саморегуляции.</p> <p>3. Групповые и индивидуальные беседы по проблемам психологической готовности к ОГЭ и ЕГЭ.</p>	<p>1. Овладение учащимися приёмами навыками психофизической саморегуляции, выработка умений самостоятельно противостоять стрессу.</p>	III – IV четверти.
3.2	<p>Подготовка методических рекомендаций выпускникам по подготовке к ЕГЭ и ОГЭ</p>	<p>Дать рекомендации по подготовке к экзаменам</p>	
4. Индивидуальные и групповые занятия			
4.1	<p>Темы:</p>		
	<p>«Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»</p>	<p>Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала</p>	январь
	<p>«Способы саморегуляции в стрессовой ситуации»</p>	<p>Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации</p>	Февраль
5. Тренинг:			

		Тематическое планирование программы занятий по подготовке 9,11 классов к ГИА с элементами психологического тренинга.	Обработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам ГИА, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов	В течение года
6. Работа с родителями выпускников:				
	Подготовка методических рекомендаций родителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ	дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.		Март
6.1	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ЕГЭ и ОГЭ	Оказание помощи по вопросам, связанным с ЕГЭ и ОГЭ		в течение года
6.2	Оформление информационного стенда, наглядных материалов для учащихся и родителей.			В течение года
6.3	Разработка рекомендаций, памяток для родителей.			В течение года
6.6	Работа по запросу родителей			В течение года
6.7	7. Работа с классными руководителями.			
	Совместный контроль подготовки к ЕГЭ, ОГЭ	Осуществлять контроль за учащимися по подготовке к экзаменам		в течение года
7.1				

7.2	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ	Дать рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам	Октябрь
-----	---	--	---------

Педагог-психолог:



Бондарева Д.В.

«Утверждаю»

И. о. директора ГБОУ «РПМГ
№1»

_____ Камалов Р.М.

**План работы с учетом ФГОС
на 2023/2024 учебный год**

педагога-психолога

ГБОУ «РПМГ №1»

Бондаревой Д.В.

Доработано с учётом ФГОС третьего поколения.

Контингент	Вид деятельности	Предполагаемые формы и методы		Цели и задачи	Сроки	Выход
		1. Диагностикки				
9-11 класс	Диагностика юношей (призывников) 2007 г.р. для военкомата	Групповая диагностика		Определение уровня психических процессов и личностных характеристик.	2-3 недели сентября	Первичная постановка на воинский учёт.
5 класс	Диагностика уровня адаптации пятиклассников	Групповая диагностика		Определение уровня адаптации учащихся к среднему звену, выявление детей, испытывающих трудности в процесс адаптации.	2-3 недели октября	Аналитическая справка, рекомендации родителям и педагогам, организация и проведение занятий
10 класс	Диагностика адаптации десятиклассников к обучению в старшем звене, особенности межличностного воздействия со сверстниками и взрослыми	Групповая диагностика старшеклассников		Выявление учащихся с недостаточным уровнем адаптации.	2-3 недели октября	Аналитическая справка, рекомендации родителям и педагогам, организация и проведение занятий
8-11 класс	Изучение профессиональных предпочтений, профессиональных склонностей учащихся 8-11 классов	Групповая диагностика		Оказание помощи учащимся в выборе профиля дальнейшего обучения и будущей профессии.	Январь, 1 неделя мая	Рекомендации учащимся, родителям, классным руководителям
7-11 класс	Социально-психологическое тестирование	Компьютерное тестирование		Предупреждение распространения немедицинского потребления наркотических средств и	ноябрь	Организация и проведение занятий, индивидуальных консультаций.

			психотропных веществ в подростковой среде. Выявление детей «группы риска», с целью дальнейшей работы с обучающимися на формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни.		Рекомендации родителям и педагогам, заполнение журнала.
6-11 класс	Диагностика эмоционального состояния обучающихся	Групповая диагностика	Выявление учеников «группы-риска» в классе, с целью своевременной коррекции для сохранения и укрепления психологического благополучия и психического здоровья обучающихся.	Ноябрь-декабрь	Организация и проведение занятий, индивидуальных консультаций. Рекомендации родителям и педагогам, заполнение документации.
7-11 класс	Мониторинг уровня толерантности	Групповая диагностика	Выявление учеников из числа обучающихся наиболее уязвимых воздействию идеологии терроризма и экстремизма	Октябрь	Организация и проведение занятий, индивидуальных консультаций. Рекомендации родителям и педагогам, заполнение журнала.
5-11 класс	Мониторинг УУД по запросу. Диагностика познавательной, эмоционально-волевой сфер по запросу педагогов, родителей, администрации (коррекционная работа по результатам диагностики)	Скрининговая диагностика. Диагностические процедуры по запросу (индивидуальные, наблюдение)	Получение объективной информации о состоянии и динамике уровня сформированности УУД. Выявление проблем в развитии детей с целью их дальнейшей коррекции	в течение года по мере необходимости	Оформление запроса в «Журнал консультаций». Рекомендации родителям, классным руководителям, учителям-предметникам, организация

9, 11 классы	Диагностика уровня тревожности учащихся 9-х, 11-х классов при подготовке к сдаче ОГЭ и ЕГЭ	Групповая диагностика	Выявление учащихся с повышенным уровнем тревожности, формирование коррекционных групп для оказания психологической поддержки.	Январь-февраль, апрель, 1-2 недели мая	Организация и проведение занятий на снятие эмоционального напряжения, повышение уверенности в себе	коррекционной работы.
5-11 класс	Диагностика с целью профилактики девиантных форм поведения, агрессии и повышенной тревожности	Индивидуальная диагностика (по запросу администрации, кл. рук.)	Выявление детей «группы риска», формирование коррекционных групп для оказания психологической поддержки	в течение года по мере необходимости	Организация и проведение занятий, рекомендации родителям и педагогам, заполнение журнала	
5-9 класс	Диагностика учащихся на ПМПК	Индивидуальная диагностика	Определение уровня развития познавательной сферы, нарушений эмоционально-волевой сферы с целью определения программы обучения.	в течение года по мере необходимости	Психолого-педагогическое представление, Планирование индивидуальной/по дгрупповой работы.	
2. Индивидуальная/подгрупповая коррекционно-развивающая работа						
5, 10 классы	Индивидуальная/подгрупповая коррекционная работа с учащимися, имеющими трудности в обучении и адаптации	Игры и игровые упражнения, сказкотерапия, песочная терапия, изо-терапия, тренинговые занятия.	Создание психолого-педагогических условий для развития личности и оказания индивидуальной помощи учащимся по выявленным проблемам.	в течение года	Заполнение документации (журнал), рекомендации родителям и педагогам	
5 – 11 класс. Обучающиеся, состоящие на ВШУ и ПДН	Индивидуальная коррекционная работа с учащимися «Группы риска», состоящими на ВШУ и ПДН.	Коррекционно-развивающие индивидуальные занятия, беседы, игры, тренинговые занятия.	Коррекция девиантных форм поведения обучающихся. Создание психолого-педагогической среды, способствующей успешному развитию обучающихся.	в течение года	Заполнение документации (журнал), рекомендации родителям и педагогам	

Учащиеся, подвчершиеся буллпнгу	Индивидуальная работа с обучающимися, коррекционная работа с классом.	Беседы, психологические практикумы, тренинговые занятия.	Сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся, а также формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.	В течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации обучающимся, педагогам, родителям.
9, 11 класс	Тренинговые занятия для учащихся 9, 11 классов «Как успешно сдать экзамен». (групповые и индивидуальные занятия)	Тренинговые занятия на снятие психологического напряжения, повышение стрессоустойчивости, оформление стендов	Психологическое сопровождение учащихся при подготовке к ЕГЭ и ГИА. Укрепление психологического здоровья обучающихся.	В течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации обучающимся.
8-9 класс	Тренинговые занятия с учащимися на профориентацию. Приглашение специалистов из ГКУ центра занятости населения по Советскому району г. Уфы	Тренинговые занятия на выявление способности к определенному виду деятельности; повышения интереса учащихся к профессиям. «Неделя без турникета»	Сопровождение проектирования обучающимися планов продолжения образования и будущего профессионального самоопределения.	В течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации обучающимся.
10-11 классы	Психологические практикумы «Мой выбор»	Психологический практикум, беседа.	Обеспечение осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной сферы деятельности.	В течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации, памятки обучающимся.
Учащиеся с суицидальн	Тренинговые занятия «Жизнь как ценность»	Тренинговые занятия (групповые и индивидуальные)	Профилактика суицида среди несовершеннолетних. Укрепление психологического благополучия и	В течение года	Заполнение документации (журнал).

УМ поведением			психического здоровья обучающихся.		Рекомендации родителям и педагогам
5-11 классы	Индивидуальные занятия по запросу педагогов с обучающимися с девиантными формами поведения, агрессией и повышенной тревожностью.	Тренинги, беседы	Индивидуальное психологическое сопровождение ребенка, помощь родителям, учителям, разработка рекомендаций. Укрепление психического здоровья обучающихся.	в течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации родителям и педагогам
Педагоги, молодые специалисты	Предотвращение синдрома эмоционального выгорания у педагогов и молодых специалистов	Выступление на совещании, педсовете, тренинги, оформление стендов, наблюдение, консультации	Психологическое сопровождение педагогического коллектива и молодых специалистов	в течение года	Рекомендации, памятки педагогам.
3. Консультирование					
5-11 классы	Индивидуальное консультирование обучающихся. По запросу/итомам диагностики.	Индивидуальная консультация	Укрепление психологического благополучия и психического здоровья обучающихся.	в течение года	Оформление запроса в «Журнал консультаций», рекомендации
Родители учащихся 5-11 классов	Индивидуальное консультирование родителей (детско-родительские отношения). По запросу/по итогам диагностики.	Индивидуальная консультация	Поддержка, сопровождение и коррекция детско-родительских отношений.	в течение года	Оформление запроса в «Журнал консультаций», рекомендации
Родители учащихся 5-11 классов,	Консультирование детско-родительской пары / семьи. По	Консультация детско-родительской пары/семьи.	Поддержка и сопровождение детско-родительских отношений	в течение года	Оформление запроса в «Журнал консультаций», рекомендации

Учащиеся 5-11 классов.	запросу/по итогам диагностики.						
Педагоги 5-11 классов	Индивидуальное консультирование педагогов по запросу	Индивидуальная консультация	Оказание психологической помощи и поддержки.	в течение года	Оформление запроса в «Журнал консультаций», рекомендации		
4. Просвещение, профилактика.							
Родители, педагоги	Участие в родительском лектории, родительских собраниях, совместно с педагогами по запросу.	Информационные выступления, мини-тренинг, лекции, анкетирование, беседы, стендовая информация, буклеты, памятки.	Формирование и развитие психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей	в течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации, памятки.		
Учащиеся, родители, педагоги, соцпедагог	Выступление на классных часах и родительских собраниях по вопросам профилактики аддиктивных форм поведения, по актуальным вопросам воспитания	Информационные выступления, мини-тренинг, лекция, анкетирование, беседа, стендовая информация.	Формирование и развитие психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей	в течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации, памятки.		
5-11 классы	Психологические практикумы «Безопасное поведение в сети». «Как противостоять кибербуллингу».	Психологические практикумы.	Развитие психологической культуры в области использования ИКТ. Формирование психологической культуры поведения в информационной среде.	в течение года	Заполнение документации (журнал). Рекомендации, памятки.		
5-11 классы	Психологические практикумы «Мы за ЗОЖ»	Психологический практикум	Профилактика употребления ПАВ, формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни.	в течение года	Заполнение документации (журнал), рекомендации, памятки.		

Обучающиеся 5-11 классов, педагоги, родители.	Оформления стенда педагога-психолога	Стендовая информация	Формирование и развитие психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей, обучающихся.	в течение года	Стендовая информация, памятки, рекомендации.
5. Организационно-методические работы					
Педагог- психолог	Планирование работы	Составление годового плана работы, плана работы на четверть, графика работы, циклограммы.	Планирование деятельности в соответствии с планом школы	август- сентябрь	План работы, график, циклограмма
Педагог- психолог	Планирование и подготовка диагностических мероприятий	Составление плана диагностического обследования, подготовка стимульного и раздаточного материала и т.п.	Организация плановой диагностики	в течение года	План диагностического обследования, стимульный материал
Педагог- психолог	Анализ диагностических мероприятий	Обработка результатов и написание заключений, аналитической справки.	Выявление ситуации развития и планирование коррекционно- развивающей работы	в течение года	Заключения, справки
Педагог- психолог	Планирование и подготовка коррекционно- развивающих мероприятий	Составление плана занятия или программы занятий, подготовка стимульных и раздаточных материалов, и т.п.	Организация помощи детям, создание психолого- педагогических условий для развития учащихся	в течение года	План занятий, стимульные, раздаточные материалы
Педагог- психолог	Подготовка материалов к консультированию и просвещению и т.п.	Анализ литературы. Планирование.	Организация консультативной и просветительской деятельности	в течение года	План консультаций

Педагог-психолог	Ведение текущей документации	Заполнение журналов, составление графика работы, справок и т.п.	Организационная деятельность	ежедневно	Заполненные журналы, справки
Педагог-психолог	Ведение документации педагога-психолога	Полонение нормативно-правовой базы, пополнение базы диагностических методик, коррекционных программ, материалов для родителей и т.п.	Организация рабочего пространства	в течение года	База документации, методик, программ
Педагог-психолог	Оформление тематических стендов, уголков. Оформление кабинета. Ведение документации.	Подбор материалов	Просвещение педагогов, родителей и учащихся	в течение года	Стеновая информация
Педагог-психолог	Систематизация и пополнение библиотеки школьного психолога.	Изучение новинок психологической литературы, периодики, методических материалов	Самообразование	в течение года	Библиотека психолога
Педагог-психолог	Участие, представление опыта на семинарах, РМО психологов, МО школы, конференциях, советах и т.п. Вебинары.	Выступления	Повышение уровня квалификации	в течение года по запросу	Текст выступления
Педагог-психолог	Самообразование	Посещение библиотеки. Изучение	Повышение уровня квалификации	в течение года	Библиотека психолога

		психологической литературы, журналов, газет, психологические сайты.			
Педагог-психолог	Анализ работы	Составление годового аналитического и статистического отчета.	Анализ деятельности работы за год.	май	Годовой отчет

Педагог - психолог:



Бондарева Д.В.