

## Психологическая помощь в подготовке к итоговой аттестации учащихся Профилактика предэкзаменационного стресса

### Задачи и цели предпрофильной подготовки:

- выявление интересов и склонностей, способностей школьников и формирование практического опыта в различных сферах познавательной и профессиональной деятельности, ориентированного на выбор профиля;
- оказание психолого-педагогической помощи в приобретении школьниками представлений о жизненных, социальных ценностях;
- развитие широкого спектра познавательных и профессиональных интересов, ключевых компетенций, обеспечивающих успешность в будущей профессиональной деятельности;
- формирование способности принимать адекватное решение о выборе дальнейшего направления образования, пути получения профессии.

### Психологическое сопровождение подготовки к ОГЭ.

Учащиеся	Учителя	Родители
диагностика	психологическое просвещение	индивидуальные консультации
психологические консультации	индивидуальные консультации	выступления на родительских собраниях
индивидуальные консультации		

### Работа психологической службы:

Отв. Мурыгина А.Н.

	Направление	Классы	Формы работы.	Сроки проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
<b>Работа с учащимися</b>	<b>Диагностика</b>	9	Шкала тревожности	октябрь-ноябрь	Мурыгина А.Н.	
		9	Методика «Интеллектуальная лабильность»	ноябрь	Мурыгина А.Н.	
		9	Методика Г. Айзенка	декабрь	Мурыгина А.Н.	

		9	Тест-опросник на профориентацию. Методика Йовайши Л.А.	январь	Мурыгина А.Н.	
		9	Методика профессионального самоопределения Дж. Голланда	Февраль	Мурыгина А.Н.	
		9			Мурыгина А.Н.	
	<b>Психологические занятия</b>		Тренинг. - «Как лучше подготовиться к экзаменам» - «Поведение на экзамене» - «Способы снятия нервно-психического напряжения» - «Как бороться со стрессом» - «Эмоции и поведение»	январь-май	Мурыгина А.Н.	
	<b>психологическое консультирование</b>	9	Беседа с родителями и учителями на профориентационную тему  По запросу учащихся	в течение года  в течение года	Мурыгина А.Н.	
<b>Учителя</b>			Советы психолога по работе с тестами	январь	Мурыгина А.Н.	
			Рекомендации по работе с учащимися в период заключительной подготовки к ОГЭ (настрой на успех, развитие навыка самоконтроля).	апрель-май	Мурыгина А.Н.	

<b>Родители</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>- Родительские собрания</li><li>- Режим дня при подготовке и сдаче экзаменов.</li><li>- Установка детей на успех.</li><li>- Помощь в правильном оценивании возможности своих детей.</li></ul> Психологическое консультирование	апрель  в течение года	Мурыгина А.Н.	
-----------------	--	--	------------------------------	------------------	--