

- «Тест на определение стрессоустойчивости личности»;

В тестировании приняло 18 человек. В результате исследования выяснилось, что среди 9-х классов 72% имеют средний уровень стрессоустойчивости, 28% - высокий уровень. Второй срез тестирования на стрессоустойчивость будет проведен в марте и третий в мае, согласно плану работы педагога-психолога, что позволит отследить динамику и результативность психологического сопровождения. Еженедельно проводится профилактика возникновения стрессов при сдаче ГИА.

Так же с обучающимися было проведено 10 индивидуальных консультаций, 5 групповых бесед по проблеме подготовки к ОГЭ. В соответствии с планом работы были проведены коррекционно-развивающие занятия на тему «Будем готовиться к экзамену вместе», - октябрь, главная цель которого - определить основные отличия ОГЭ от традиционного экзамена. Выпускники получили информацию об упражнениях на мышечное расслабление, на снятие усталости, переключения внимания. Так же с обучающимися было проведено коррекционно-развивающее занятия в форме тренинга, на тему «Самооценка стрессоустойчивости личности». Цель, которого выстроить у обучающихся объективное отношение к стрессу и конструктивное решение выхода из стрессовых ситуаций. В процессе занятий реализуются диагностические инструментари, проективные методики, тесты-опросники, методы наблюдения, и элементы сказкотерапии, разрешение ситуаций. Девятиклассникам выдавались памятки «Банк способов саморегуляции», родителям памятки «Как помочь ребенку успешно сдать экзамены», «Способы снятия нервно-психического напряжения», в которых содержится информация о способах, связанных с управлением дыханием, управлением тонусом мышц и движением, способах, связанных с воздействием слова, с использованием образов. Так же на школьном сайте, в разделе «Страничка психолога», опубликованы планы работ, рабочая программа и памятки, к которым имеют доступ все заинтересованные участники образовательного процесса.

**Педагогом-психологом переданы онлайн-обращения к родителям « », выступления на родительских собраниях и на совещаниях учителей по теме «Единый государственный экзамен: психологическая подготовка»
В свою очередь прошу содействия администрации школы и классных руководителей для дальнейшего психологического сопровождения выпускников по вопросу успешного прохождения ГИА, а именно обеспечение посещений обучающимися коррекционно-развивающих и диагностических занятий, для осуществления планируемых мероприятий в срок.**

1.