

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ с.п.Шитхала
С.П.Байматова
Приказ № 99- ОД от 28.08.2025



**План работы педагога-психолога
по подготовке выпускников к ЕГЭ и ОГЭ на 2025-2026 учебный год**

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Работа с учащимися 9-11-х классов Диагностика.	1. Тест Филиппса.	Выявление уровня тревожности выпускников.	ноябрь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		2.Тест «Стресс» Анкета	Выявление уровня стресса у выпускников.	декабрь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		3. Тест «Моральная устойчивость»	Выявление уровня моральной устойчивости.	февраль	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
	Практическая работа	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ЕГЭ и ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	декабрь-февраль	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
2.	Индивидуальные и групповые занятия (по запросу)	1. Как лучше подготовиться к экзаменам	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	ноябрь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		2. Поведение на экзамёне	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена.	ноябрь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		3. Память и приёмы запоминания.	Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти	декабрь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	январь	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
		5. «Способы саморегуляции в стрессовой	Дать рекомендации по саморегуляции в	февраль	Педагог –психолог Гогунокова А.А.

		ситуации». Сказка «Страус»	стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмысливать собственную модель поведения в кризисной ситуации.		
	Тренинг (с элементами арттерапии)	«ГИА: с чувством, с толком, с расстановкой» (9кл) «Как сохранить спокойствие» (11кл.)	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему.	март-апрель	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
	Оформление стенда для выпускников	«Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА».	Информация по подготовке к экзаменам.	январь-февраль	Педагог –психолог Гогунокова А.А.
3.	Работа с родителями выпускников	1. «Психологические особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять стрессу».	<ul style="list-style-type: none"> – познакомить родителей с правилами и порядком проведения итоговой аттестации, в том числе единого государственного экзамена; – проанализировать подготовленность детей к предстоящим испытаниям; дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации. 	февраль-март	Классные руководители, Педагог –психолог Гогунокова А.А.
	Практическая работа	2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятка.	<ul style="list-style-type: none"> – дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации. 	февраль-март	Педагог –психолог Гогунокова А.А.

	Консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанных с ЕГЭ и ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанных с подготовкой к ЕГЭ и ГИА.	В течение года	Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
4.	Работа с учителями - предметниками	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся (по запросу)	выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ и ГИА.	В течение года	Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
	Практическая работа	Подготовка методических рекомендаций учителям – предметникам по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Памятка.	– предложить рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам.	ноябрь	Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
5.	Работа с классными руководителями.	Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА	Рекомендации учащимся по подготовке к экзаменам.	В течение года	Классные руководители, Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
	Практическая работа	Подготовка методических рекомендаций классным руководителям по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Памятка.	– предложить рекомендации по оказанию помощи детям в период подготовки к экзаменам.	октябрь	Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
6.	Нормативная документация	Оформление протокола родительского собрания.		февраль-март	Классные руководители, Педагог –псychолог Гогунокова А.А.
		Составление и утверждение плана работы по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Утверждение программы «Профилактика экзаменационной тревожности»		сентябрь	Педагог –псychолог Гогунокова А.А.

		9 –е классы Сироткина О.А. Утверждение программы «Волнуйтесь спокойно – у нас экзамен» 11 – е классы			
--	--	---	--	--	--

Педагог – психолог _____ Гогунокова А.А.

Используемая литература

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005. – 271 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М.: Ось-89, 2003. – 224 с.
3. Грачева Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властствовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования. – Спб.: Речь, 2004. – 120 с.
4. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. – Спб.: Речь, 2004. – 256 с.
- Стебенева Н., Королева Н. Программа психолого-педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к единому государственному экзамену "Путь к успеху"
5. Шевцова И.В. Тренинг личностного роста. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.