

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 Филлипса.	Выявление уровня тревожности выпускников.	ноябрь	Педагог –психолог Гогункова А.А.
		2.Тест «Стресс» Анкета	Выявление уровня стресса у выпускников.	декабрь	Педагог –психолог Гогункова А.А.
		3. Тест «Моральная устойчивость»	Выявление уровня моральной устойчивости.	февраль	Педагог –психолог Гогункова А.А.
	Практическая работа	Подготовка рекомендаций выпускникам по подготовке к ЕГЭ и ГИА	Дать рекомендации по подготовке к экзаменам	декабрь-февраль	Педагог –психолог Гогункова 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 Гогункова А.А.
		2. Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена.	ноябрь	Педагог –психолог Гогункова А.А.
		3. Память и приёмы запоминания.	Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти	декабрь	Педагог –психолог Гогункова А.А.
		4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	январь	Педагог –психолог Гогункова А.А.
		5. «Способы саморегуляции в стрессовой	Дать рекомендации по саморегуляции в	февраль	Педагог –психолог Гогункова А.А.

		ситуации». Сказка «Страус»	стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить 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 Гогункова А.А.
	Оформление стенда для выпускников	«Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА».	Информация по подготовке к экзаменам.	январь-февраль	Педагог –психолог Гогункова А.А.
3.	Работа с родителями выпускников	1. «Психологическое особенности подготовки к ЕГЭ и ГИА». «Как противостоять стрессу».	– 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 Гогункова А.А.
	Практическая работа	2. Подготовка методических рекомендаций родителям. Памятка.	– дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой аттестации.	февраль-март	Педагог –психолог Гогункова А.А.

	<b>Консультации</b>	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 –психолог Гогункова А.А.
<b>4.</b>	<b>Работа с учителями - предметниками</b>	Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся (по запросу)	выработка оптимальной стратегии подготовки к экзамену в форме ЕГЭ и ГИА.	В течение года	Педагог –психолог Гогункова А.А.
	<b>Практическая работа</b>	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 –психолог Гогункова А.А.
<b>5.</b>	<b>Работа с классными руководителями.</b>	Психологическая помощь в период подготовки к ЕГЭ и ГИА	Рекомендации учащимися по подготовке к экзаменам.	В течение года	Классные руководители, Педагог –психолог Гогункова А.А.
	<b>Практическая работа</b>	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 –психолог Гогункова А.А.
<b>6.</b>	<b>Нормативная документация</b>	Оформление протокола родительского собрания.		февраль-март	Классные руководители, Педагог –психолог Гогункова А.А.
		Составление и утверждение плана работы по подготовке выпускников к ЕГЭ и ГИА. Утверждение программы «Профилактика экзаменационной тревожности»		сентябрь	Педагог –психолог Гогункова 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 властвовать 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.