

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Усть-Салдинская средняя общеобразовательная школа»

Согласовано Мамаева  
Зам.директора по УВР Мамаева М.В.

Утверждаю Берсенева  
Директор Берсенева Д.М.  
пр.№ 194 от 01.09.2025 г.

**План**

**психолого-педагогического сопровождения выпускников  
в период подготовки к ГИА в 2025-2026 учебном году**

**План психолого-педагогического сопровождения выпускников 9 и 11 классов  
в период подготовки к ГИА в 2025-2026 учебном году**

№	Виды деятельности	Содержание	Цель	Сроки	Ответственные
1.	Работа с учащимися 9- 11-х классов Диагностика.	Сильные стороны и трудности.	Выявление уровня тревожности выпускников.	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог
2	Тренинг «Экзамены без стресса» 9 класс	«+» и «-» экзамена; - Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене; - Способы снятия нервно-психического напряжения; - формирование положительного эмоционального фона	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения.	октябрь	Педагог-психолог
3.	Индивидуальные и групповые занятия (по запросу)	1. Как лучше подготовиться к экзаменам	Сообщить об эффективных способах подготовки к экзаменам	октябрь	Педагог-психолог
		2. Поведение на экзамене	Дать рекомендации по поведению во время подготовки и в момент экзамена.	ноябрь	Педагог-психолог
		3. Память и приёмы запоминания.	Знакомство с приёмами запоминания, характеристиками памяти	декабрь	Педагог-психолог
		4. «Эффективные способы запоминания большого объёма учебного материала»	Сообщить об эффективных способах запоминания большого объёма материала.	январь	Педагог-психолог
		5. «Способы саморегуляции в стрессовой ситуации».	Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель	февраль	Педагог-психолог

			поведения в кризисной ситуации.		
4.	«Подготовка к ОГЭ»	консультация	Индивидуальные консультации	март	Педагог-психолог
5.	Тренинг «Экзамены без стресса» 11 класс	1. «+» и «-» экзамена 2. Стратегии подготовки к экзаменам и деятельность на экзамене. 3. Способы снятия нервно-психического напряжения 4. Формирование положительного эмоционального фона	Рекомендации по сохранению спокойствия во время экзамена и во время подготовки к нему. Обучение приёмам релаксации и снятия нервно-мышечного напряжения.	март	Педагог-психолог
6.	Тестирование.	На определение стрессоустойчивости личности 9 и 11 класс		март	Педагог-психолог
7.	Психологические особенности подготовки к ГИА	«Как противостоять стрессу»		март	Педагог-психолог
8.	Диагностика «Психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов»			апрель	Педагог-психолог
9.	Практикум с педагогами на тему: «Помощь педагогов обучающимся при подготовке к экзаменам»			апрель	Педагог-психолог
10.	Тренинг «Повышения уверенности в себе» 9, 11 класс			май	Педагог-психолог

11.	Оформление стенда для выпускников	«Время вспомнить о ЕГЭ и ГИА».	Информация по подготовке к экзаменам.	В течение года	Классные руководители
12.	Работа с родителями выпускников	1. «Психологические 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.	Апрель-май	Психолог совместно с зам. директора по УВР
13.	Практическая работа	2. Подготовка методических рекомендаций	– дать рекомендации родителям по оказанию помощи детям в период подготовки к итоговой	В течение года	Педагог-психолог
14.	Консультации	Индивидуальное информирование и консультирование по вопросам, связанным с ГИА.	Оказание помощи по вопросам, связанным с подготовкой к ГИА.	В течение года	Классные руководители Педагог-психолог
15.	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-психолог
16.	Работа с классными руководителями.	Психологическая помощь в период подготовки к ГИА	Рекомендации учащимся по подготовке к экзаменам.	В течение года	Педагог-психолог

