



План
психологического сопровождения учащихся 9-х и 11-х классов
ГБОУ «Школы №1223»
в период подготовки к экзаменам
на 2018-2019 год

Сроки	Вид работы	С кем проводится работа	Ответственный	Примечания
Октябрь-январь	Психодиагностика Опросник оценочной тревожности (Ч.Спилбергер в адапт. Карандашева В.Н.)на исследование склонности испытывать тревогу в ситуациях оценивания: экзамены, контрольные и проверочные работы	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
В течение года	Включенное наблюдение в ситуации урока и на перемене; при выполнении контрольных и проверочных работ	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
Ноябрь-январь	Обработка и интерпретация данных диагностики для выявления учащихся нуждающихся в индивидуальной психолого-педагогической поддержке при подготовки к экзаменам	Психолог	Психолог	
Январь-июнь	Индивидуальные занятия с учащимися, испытывающими предэкзаменационный стресс (обучающиеся определяются по результатам психологической диагностики; по личному обращению родителей, учащихся или педагогов)	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
В течение года	Дискуссионные тематические занятия:	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	

	«Целеполагание»; «Тайм-менеджмент, или как научиться правильно распределять свое время»; «Способы развития внимания и памяти»; «Способы совладания со стрессом»; «Индивидуальный стиль деятельности. Как эффективно организовать свою работу»			
Февраль-апрель	Выступления на родительских собраниях «Психологическая поддержка ребенка в период подготовки к экзаменам»	Родители обучающихся 9-х, 11-х классов	Психолог	
Март-апрель	Оформление тематического стенда «Сдаем экзамены? Легко!»	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
Декабрь-май	Размещение рекомендательной информации на сайте школы	Обучающиеся 9-х, 11-х классов Педагоги Родители	Психолог	
Апрель-май	Оформление и выдача памяток учащимся по эмоциональной и поведенческой саморегуляции в процессе выполнения экзаменационной работы	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
Январь-апрель	Развивающие занятия в малых группах по профилактике предэкзаменационного стресса: программа «Сдаем экзамены? Легко!»	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	
В течение года	Индивидуальные консультации для всех участников образовательного процесса по вопросам психологической подготовки к экзаменам	Обучающиеся 9-х, 11-х классов Педагоги Родители Администрация	Психолог	По запросу
В течение года	Помощь в построении индивидуального плана психологической подготовки к экзаменам (по запросу)	Обучающиеся 9-х, 11-х классов	Психолог	По запросу

Подготовил: педагог-психолог Еринчук Елена Геннадьевна