

План мероприятий
по организации психолого-педагогического сопровождения выпускников при подготовке к прохождению государственной итоговой аттестации
по образовательным программам основного общего образования (далее ГИА)
в МБОУ ООШ п.Садовый 2024-2025учебный

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Занятие 1 Тема диагностики «Самооценка и уверенность притязаний». Цель: дать понятие самооценки; определение уровня самооценки; определение формы самооценки.	октябрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
2	Занятие 2 Тема диагностики «Темперамент». Цель: знакомство с типами темперамента; определение типа темперамента.	ноябрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
3	Занятие 3 Тема: «Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций». Цель: способы выражения; регуляция эмоционального состояния. Тест эмоций Цель: выявление эмоционального состояния.	ноябрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
4	Занятие 4 Тема: «Тип мышления». Цель: мышление как средство познания; знакомство с типами мышления. Методика «Типы мышления». Цель:определение типа мышления.	декабрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
5	Занятие 5 Тема: «Внимание» Цель: Тренировка объёма, концентрации, избирательности, устойчивости, распределения, переключения и произвольности внимания	декабрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель

6	<p>Занятие 6 Тема: «Память и запоминание» Цель: Знакомство с характеристиками памяти, обучение работе с текстами, приемам запоминания, отработка полученных навыков</p>	декабрь 2024	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
7	<p>Занятие 7 Тема: «Стресс и тревожность» Цель: Дать понятие тревожности; эустресс и дистресс; реакция на стресс. Методика «Определение уровня тревожности» Спилбергера-Ханина. Школьные педагоги-психологи, классные руководители Цель: Выявление тревожности у старшеклассников в предэкзаменационный период</p>	январь 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
8	<p>Занятие 8 Тема: «Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладения со своими чувствами» Цель: Знакомство с приемами волевой мобилизации; отработка приемов самообладания, необходимых учащимся в ходе сдачи экзаменов</p>	февраль 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
9	<p>Занятие 9 Тема: «Обучение приемам релаксации и снятия напряжения» Цель: Обучение методам нервно-мышечной релаксации, приемами расслабления; формирование умения управлять своим психофизическим состоянием</p>	февраль 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
10	<p>Занятие 10 Тема: «Как справиться со стрессом на экзамене» Цель: Познакомить учащихся с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации</p>	март 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
11	<p>Занятие 11 Тема: «Способы снятия нервно-психических напряжений» Цель: Снятие психофизического напряжения</p>	апрель 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель
12	<p>Занятие 12 Тема: «Уверенность на экзамене» Цель: Повысить уверенность в себе</p>	апрель 2025	Школьный педагог-психолог, классный руководитель