

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Школа № 11
им. А.В.Преснякова»

В.П. Горбач
2024 г.



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УЧАЩИХСЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ОГЭ и ЕГЭ

1	Групповое консультирование выпускников «Как психологически подготовиться к экзамену»	ноябрь	9,11 классы
2	Оказание помощи обучающимся в выборе учебных предметов для сдачи ОГЭ и ЕГЭ	ноябрь-декабрь	9,11 классы
3	Беседа с элементами тренинга по преодолению тревожности перед экзаменами	апрель - май	9,11 классы
4	Профориентационная работа. Беседы с учащимися по профессиональному самоопределению.	декабрь - март	9,11 классы
5	Беседа «Экзаменационный стресс или как сдать экзамены без лишних эмоциональных затрат»	апрель-май	9,11 классы
6	Развивающие занятия с элементами тренинга: - «Как справиться со стрессом на экзамене»; - - «Способы снятия психофизического напряжения»; - «Методы саморегуляции, релаксации»	апрель-май	9,11 классы
7	Выявление стрессоустойчивости на экзамене «Стресс-тест»	апрель	9,11 классы
8	Разработка рекомендаций для учащихся по саморегуляции в стрессовой ситуации	май	9,11 классы
9	Индивидуальная и групповая работа с учащимися по вопросам психологического просвещения	в течение года по запросу	9,11 классы

Педагог-психолог

Мишковская Е.В.