


План работы педагога-психолога
по психологической подготовке к экзаменам
в форме ЕГЭ и ГИА
2024 -2025учебный год

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 С. А. Сазанова

« 20 » 08 2024 г.



Темы занятий	Категория участников	Дата проведения
Изучение личностной и ситуативной тревожности Лекция «Как лучше подготовиться к занятиям»	Учащиеся 9, 11 классов	-октябрь апрель
Память и приёмы запоминания	учащиеся 9, 11 класса	ноябрь
Приёмы эмоциональной и волевой мобилизации	Учащиеся 9, 11 классов	декабрь
Приёмы, мобилизирующие интеллектуальные возможности	Учащиеся 9, 11 классов	январь
Обучение приёмам релаксации и снятия напряжения	Учащиеся 9, 11 классов	февраль
Родительское собрание «Помощь психолога для родителей»	Родители учащихся 10-11 классов	
Приёмы совладания с экзаменационной тревогой	учащиеся 9, 11 классов	март
Поведение на экзамене	Учащиеся 9, 11 классов	Апрель
Как управлять негативными эмоциями Лекция «Стресс и экзамен»	Учащиеся 9, 11 классов Родители выпускников	май
Индивидуальное консультирование	Учащихся, родители выпускников, педагоги	По запросу