Утверждаю:
директор МБОУ «СОШ № 1»
_____ Р.А.Мыльникова

План работы по сопровождению выпускников
в период подготовки к экзаменам
2024 - 2025 учебный год

№ п/и	Направление работы	Тема, название методики, цель	Дата
1	Психологическая диагностика	Цель: изучение развития внимания, памяти, мышления и волевой саморегуляции выпускников. 1. Тесты на развитие внимания «Определение объема внимания», «Выявление уровня устойчивости и переключения внимания», «Корректурные пробы Бурдона». 2. Тест «Цезарь» для диагностики объема оперативной памяти. 3. Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Определение уровня развития волевой саморегуляции».	Февраль
2	Коррекционно-развивающая работа	Цель: обучение учащихся навыкам саморегуляции. Групповые занятия с учащимися: «Как готовиться к экзаменам», «Знакомство с приёмами волевой мобилизации и совладения со своими чувствами», «Обучение приёмам релаксации и снятия напряжения».	Март-апрель
3	Профилактическая работа	Памятки по профилактике стрессовых состояний для учащихся, родителей, педагогов в период подготовки и сдачи экзаменов: «Профилактика стрессовых состояний», «Владеть собой», «Накануне экзамена», «Рекомендации родителям», для педагогов по профилактике стрессовых состояний «Стресс на экзамене».	Апрель
4	Психологическое консультирование	Индивидуальные консультации выпускников, родителей, педагогов, составление рекомендаций для детей и их родителей.	В течение года
5	Психологическое просвещение	Выступление на родительском собрании «ГИА-11. Готовимся вместе».	III-IV четверть