

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА Д. БАЛУХАРЬ

665436 Иркутской области Черемховского района д. Балухарь, ул. Школьная, д. 1

План

психолого-педагогического сопровождения выпускников

МКОУ СОШ д. Балухарь

на 2024-2025 учебный год

Цель: Создание условий для успешной адаптации выпускников к итоговой аттестации, профессиональному самоопределению и дальнейшей социализации.

Задачи:

1. Диагностика психоэмоционального состояния учащихся.
2. Снижение уровня тревожности и стресса, связанного с экзаменами.
3. Профориентационная поддержка и помощь в выборе образовательного/профессионального пути.
4. Развитие навыков самоорганизации и стрессоустойчивости.
5. Вовлечение родителей и педагогов в процесс сопровождения выпускников.

Направления работы:

1. **Диагностическое:**
 1. Анкетирование уровня тревожности, мотивации, профессиональных предпочтений.
 2. Мониторинг эмоционального состояния в течение года.
2. **Консультационное:**
 1. Индивидуальные и групповые консультации с психологом.
 2. Профориентационные беседы с привлечением экспертов.
3. **Тренинговое:**
 1. Тренинги по стрессоустойчивости, управлению временем.
 2. Коммуникативные тренинги для развития уверенности.
4. **Информационное:**
 1. Организация встреч с представителями вузов, колледжей, местных предприятий.
 2. Распространение материалов о профессиях, ЕГЭ/ОГЭ, возможностях трудоустройства.
5. **Сотрудничество с родителями и педагогами:**
 1. Родительские собрания на темы поддержки выпускников.
 2. Методические рекомендации для учителей по снижению учебной нагрузки.

Этапы реализации:

Этап	Сроки	Мероприятия	Ответственные
Диагностический	Сентябрь-Октябрь	1. Анкетирование: тревожность, профорientация.	Педагог- психолог, классные руководители
		2. Анализ результатов, формирование групп риска.	
(Диагностика стрессоустойчивости, саморегуляции, эмоционального состояния)	Февраль-апрель	3.Тест «Способность к саморегуляции», тест тревожности Спилберга-Ханина, методика изучения эмоциональной напряженности	Педагог- психолог
Профорientационный	Ноябрь-Март	1. Встречи с представителями вузов/колледжей.	Зам. по ВР
		2. Экскурсии на местные предприятия (ИП Соболев, ИП Имеев).	
		3. Онлайн-тестирование по профорientации .	
Подготовка к экзаменам	Январь-Апрель	1. Индивидуальные консультации по запросу.	Педагог-психолог
Практические занятия для учащихся 9, 11 классов с элементами тренинга «Формула успеха»	Февраль–май 2025 г.	1. Что такое экзамен и что он означает для меня. Плюсы и минусы ЕГЭ, ОГЭ. 2. Как лучше подготовиться к экзаменам. 3. Поведение на экзамене. 4. Уверенность на экзамене. 5. Способы саморегуляции.	Педагог-психолог
Индивидуальное консультирование педагогов (по запросу)	В течение года	Проводит педагог-психолог Гаран Алёна Хасановна. Темы: • «Психологические особенности учащихся при подготовке к ЕГЭ и ОГЭ» • «Повышение уровня стрессоустойчивости у школьников»	Педагог-психолог

Итоговый	Май-Июнь	1. Релаксационные занятия, упражнения перед ЕГЭ/ОГЭ.	Педагог-психолог, учителя-предметники
В течении года просмотр тематических видеороликов в целях обеспечения психологической и эмоциональной устойчивости выпускников и их родителей (законных представителей), оказания им эффективной поддержки в период подготовки и проведения экзаменационной кампании.			

Работа с родителями:

- **Октябрь, Февраль:** Родительские собрания:
 1. "Как помочь ребенку подготовиться к экзаменам"
 2. «Как помочь ребёнку противостоять стрессу»
 3. «Поведение родителей в период подготовки к экзаменам»
 4. "Профессии будущего: куда пойти учиться?".
 - 1.
- **Индивидуальные консультации** по запросу (в течение года).

Оценка эффективности:

1. Сравнение результатов анкетирования (начало и конец года).
2. Успеваемость на пробных и итоговых экзаменах.
3. Количество выпускников, определившихся с профессией/учебным заведением.
4. Обратная связь от учащихся и родителей (опросы, отзывы).

Ожидаемые результаты:

- Снижение уровня тревожности на 30-40%.
- 80% выпускников определятся с профессиональным выбором.
- Улучшение результатов ЕГЭ/ОГЭ по сравнению с предыдущим годом.
- Повышение удовлетворенности родителей и учащихся качеством сопровождения выпускников.

Педагог-психолог: Гаран А.Х.