

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ШКОЛА № 875»

119526, Москва, пр. Вернадского, д. 101, к. 5, телефон: (495) 433-80-10, e-mail: [875@edu.mos.ru](mailto:875@edu.mos.ru), сайт:  
[sch875.mskobr.ru](http://sch875.mskobr.ru)

**План психологической подготовки к ГИА и ЕГЭ  
на 2017- 2018 учебный год**

№	Направление работы	Тема	С кем проводится	Сроки выполнения
1	Мониторинг	Отношение учащихся к ГИА и ЕГЭ	Учащиеся 9 и 11 классов	октябрь
2	Рекомендации учащимся	Как лучше подготовиться к экзаменам	Учащиеся 9 и 11 классов	октябрь
3	Консультирование		Учащиеся 9 и 11 классов	В течение года, вторник с 16-50 до 17-50
4	Консультирование		Родители учащихся 9 и 11 классов	В течение года, вторник с 18-40 до 19-40
5	Классный час	«Знакомство с процедурой ГИА и ЕГЭ, поведение на экзамене».	Учащиеся 9 и 11 классов	декабрь
6	Групповая диагностика	Психологическая готовность к ЕГЭ и ГИА	Учащиеся 9 и 11 классов	январь
7	Групповая диагностика	Уровень тревожности	Учащиеся 9-х классов	январь
8	Консультирование	Результаты диагностики	Учащиеся 9 и 11 классов	январь
9	Психологические занятия	Экзамены. Стресс	Учащиеся 9-х классов	февраль
10	Групповые занятия	Психологическая подготовка к выпускным экзаменам. Темы: - Как лучше подготовиться к экзаменам - Как вести себя на экзамене - Память и приемы запоминания - Методы работы с текстами - Как бороться со	Учащиеся 9 и 11 классов	Февраль – май, 1 раз в неделю

		<p>стрессом</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучение приемам релаксации</li> <li>- Способы снятия нервно – психического напряжения</li> <li>- Как управлять негативными эмоциями</li> <li>- Знакомство с приемами волевой мобилизации и приемами самообладания</li> <li>- Эмоции и поведение</li> </ul>		
11	Рекомендации	«Как подготовить ребенка к экзамену»	Родители учащихся 9 и 11 классов	февраль
12	Тренинг	«Как я преодолеваю трудности»	Учащиеся 9-х классов	март
13	Классные часы	Мое здоровье	Учащиеся 9 и 11 классов	март
14	Групповое тестирование	Процедура ГИА и ЕГЭ	Учащиеся 9 и 11 классов	апрель
15	Психологическая игра	Сдаем ГИА и ЕГЭ	Учащиеся 9 и 11 классов	май