

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
ГБОУ РЕСПУБЛИКАНСКАЯ ПОЛИЛИНГВАЛЬНАЯ МНОГОПРОФИЛЬНАЯ ГИМНАЗИЯ №1

Согласовано

Зам. директора по ВР

«ГБОУ РПМГ №1»

 Гайсина Л.Х.

«30»  2025г.



**План педагога-психолога по профилактике эмоционального
состояния обучающихся на 2025-2026 учебный год.**

Цель:

План педагога-психолога направлен на профилактику и улучшение эмоционального состояния обучающихся в ГБОУ РПМГ №1 на 2025-2026 учебный год с целью создания комфортных условий для психоэмоционального развития и успешного обучения.

Задачи работы:

- Изучение нормативно-правовой базы и методических рекомендаций для организации профилактической работы с обучающимися.
- Анализ и систематизация опыта и проблем в эмоциональном состоянии подростков.
- Проведение комплексной диагностики эмоционального состояния учащихся с помощью различных методик и тестов.
- Организация и проведение коррекционно-развивающих занятий и тренингов для различных возрастных групп с целью снижения тревожности и депрессивных состояний.
- Проведение просветительской работы с родителями и педагогами по вопросам эмоционального здоровья и профилактики негативных проявлений в поведении детей и подростков.
- Обеспечение консультативной поддержки учащихся, родителей и педагогов по вопросам психоэмоционального сопровождения.

Наименование мероприятия	Участники	Сроки исполнения	Ответственный	Отчет о выполнении
1. Организационно-методическая работа				
1.1 Изучение нормативно-правовых документов, методических рекомендаций по организации работы среди обучающихся.	учителя	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог, зам. директора по УВР	
1.2 Изучение опыта и анализ проблемы эмоционального состояния в подростковом возрасте.	учителя	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог, зам. директора по УВР	
2. Информационно-аналитическая работа				
2.1 Сбор банка данных на обучающихся с высоким уровнем тревожности и депрессии по результатам наблюдений и диагностики.	1-11 класс	Сентябрь 2025 - февраль 2026	Педагог-психолог, кл. руководители	
3. Диагностическая работа				
3.1 «Дом, дерево, человек», методики «Человек под дождём», «Тридерев», «Несуществующее животное».	1-4 класс	сентябрь 2025	Педагог-психолог	
3.2 Опросник школьной тревожности Филипса, методика Кондаша «Шкала тревожности».	5 класс	октябрь 2025 - март 2026	Педагог-психолог	
3.3 «Шкала безнадёжности Бэка».	7-11 классы	октябрь - ноябрь 2025	Педагог-психолог	
3.4 Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности».	7-11 классы	октябрь - ноябрь 2025	Педагог-психолог	
3.5 Психодиагностический тест Л. Т. Ямпольского. Цель: мониторинг эмоционального состояния обучающихся.	7-11 классы	октябрь - ноябрь 2025	Педагог-психолог	
3.6 Опросник САН, методика «Определение уровня тревожности» Ч.Д. Спилберг, адаптация Ю.Л. Ханина.	9,11 классы	декабрь 2025, март 2026	Педагог-психолог	

4. Коррекционно-развивающая работа				
4.1 Занятия с элементами тренинга «Как справиться с плохим настроением?»	1-11 классы	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог	
4.2 Занятия по профилактике суицидального поведения среди обучающихся подросткового возраста «группа риска»	1-11 классы	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог	
4.3 «Познай себя» занятие с элементами тренинга	7-8 классы	ноябрь - декабрь 2025	Педагог-психолог	
4.4 «Тропинка к своему Я»	5-6 классы	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог	
5. Просветительская и профилактическая работа				
5.1 «Причины и мотивы нарушения в эмоциональном поведении детей и подростков». «Опасные игры подростков». «Ошибки семейного воспитания». «Свободное время подростков».	Родители	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог	
5.2 «Профилактика нарушений в эмоциональной сфере несовершеннолетних в образовательном учреждении».	Педагоги	октябрь 2025	Педагог-психолог	
5.3 «Телефон-доверия - экстренная помощь в трудной жизненной ситуации».	1-11 классы	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог, социальный педагог	
5.4 Классный час по плану классных руководителей: «Жизнь по собственному выбору», «Жизнь одна», «На что потратить жизнь», «Что такое доброта: о добром отношении друг к другу».	6-7 класс, 8-11 классы	В течение 2025-2026 года	Классные руководители	
5.5 «Бесконфликтное общение».	Родители	март - апрель 2026	Педагог-психолог	

5.6 «Проблема нарушений эмоционального состояния в юношеском возрасте».	Педагоги	апрель 2026	Педагог-психолог	
5.7 «Как преодолеть тревогу», психологическая помощь при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	9,11 классы	январь - март 2026	Педагог-психолог	
5.8 Занятие «Дружат дети на планете» (толерантность).	1-11 классы	март - май 2026	Педагог-психолог, классные руководители	
6. Консультативная работа				
6.1 Вопросы организации социально-психолого-педагогического сопровождения, профилактики нарушений в эмоциональной сфере детей и подростков.	Учащиеся, Родители, Педагоги	В течение 2025-2026 года	Педагог-психолог	

Педагог-психолог: Еговитин Е.О. _____

Педагог-психолог: Бикбулатова М.Г. _____