



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«НАЧАЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11»

ул. Каширина, 58, г. Чебаркуль Челябинской области, Россия, 456444,  
телефон 8(35168) 5-56-05, e-mail: [school-11cheb@mail.ru](mailto:school-11cheb@mail.ru)

«РАССМОТРЕНО»  
на педагогическом совете  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор \_\_\_\_\_  
О.В.Осипова  
Приказ № \_\_\_\_\_ от 20.08.2025

**ПЛАН РАБОТЫ**

педагога-психолога

2025 – 2026 учебный год

Педагог-психолог:

Панфилова Ю.Б.

**Тема:** повышение качества образования через развитие адаптивной образовательной среды.

**Цель:** создание адаптивной, комфортной среды для участников образовательного процесса за счет различных услуг (социальных, правовых, оздоровительных, психологических, педагогических), направленных на формирование здорового образа жизни и развитие творческого потенциала личности ученика и учителя посредством индивидуализации обучения.

**Цель деятельности педагога-психолога:** обеспечение психолого-педагогического сопровождения участников образовательных отношений.

**Задачи:**

- Организация мониторинга динамики психического развития учащихся в процессе школьного обучения;
- Включение учащихся 1-х классов в психологическое сопровождение образовательного процесса;
- Организация психологического сопровождения первоклассников на этапе адаптации для успешного вхождения в ситуацию школьного обучения, профилактики школьного невроза;
- Психолого-педагогическое сопровождение ФГОС 1-4 классы;
- Оказание психологической помощи учащимся с ОВЗ, учащимся с признаками одаренности;
- Профилактика аффективного поведения, проявлений агрессивного поведения учащихся; суицидальных наклонностей;
- Сопровождение участников образовательного пространства по формированию доверительных отношений в системе «учитель-ученик», «учитель-родитель»;
- Профилактика деструктивного общения в системе «учитель-родитель», «учитель-ученик»;
- Организация мероприятий по профилактике эмоционального выгорания педагогов.

# 1. ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ РАБОТА

| № п/п | Планируемые мероприятия                                                                                                                                                                     | Объект деятельности | Задачи                                                                                                                                                                                              | Сроки                | Ожидаемые результаты                                                                    |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Обследование учащихся 1-х классов: психологическая готовность к обучению в школе. Методика «Беседа о школе» Т.А.Нежновой.                                                                   | Обуч-ся 1-х кл.     | Определение уровня психологической зрелости                                                                                                                                                         | сентябрь             | Своевременное выявление детей с низким уровнем готовности к обучению в школе            |
| 2     | Стартовая (входящая) диагностика особенностей развития учащихся с ОВЗ                                                                                                                       | Обуч-ся 1-4х кл.    | Определить уровень актуального развития, выработка рекомендаций кл. руководителям                                                                                                                   | сентябрь             | Динамика психического развития                                                          |
| 3     | Анкетирование родителей новых учащихся с ОВЗ                                                                                                                                                | 1-4 кл.             | Сопровождение на этапе адаптации                                                                                                                                                                    | сентябрь             | Обеспечение успешности социализации, организация психолого-педагогической помощи.       |
| 4     | Анкетирование родителей вновь прибывших учащихся                                                                                                                                            | Обуч-ся 1-кл.       | Сопровождение на этапе адаптации                                                                                                                                                                    | 1 неделя октября     | Выявление дезадаптированных детей; выработка рекомендаций родителям и кл. руководителям |
| 5     | Наблюдение за адаптацией первоклассников к школе. Методика Гинзбурга (определение мотивов ученика), изучение поведенческих особенностей учащихся. Проективная методика диагностики школьной | Обуч-ся 1-х кл.     | Изучение особенностей и степени приспособления учащихся к новым социально-педагогическим условиям обучения, определение уровня школьной тревожности, определение эмоционального состояния ребёнка в | в течение 1 четверти | Своевременное выявление детей группы риска для предупреждения школьной дезадаптации     |

|    | тревожности (А.М. Прихожан)                                                                                                                              |                 | школе, исследование эмоциональной самооценки ребёнка.                            |                  |                                                                                           |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6  | Диагностика самооценки методика «Человечки» П. Уилсон (личностные УУД). «Лесенка» В.Шур                                                                  | Обуч-ся 3-х кл. | Изучение личностных особенностей                                                 | 1 неделя октября | Обеспечение успешности социализации личности, организация психолого-педагогической помощи |
| 7  | Диагностика изучения сформированности коммуникации как общения у младших школьников М.И.Рожков                                                           | Обуч-ся 2-3 кл. | Выявление обучающихся с трудностями в общении, нарушениями коммуникативной сферы | 2 неделя октября | Обеспечение успешности социализации личности, организация психолого-педагогической помощи |
| 8  | Анкетирование по выявлению суицидального риска. Многомерная шкала удовлетворенностью жизнью школьника ШУДЖИ О.А.Сычев                                    | Обуч-ся 4-х кл. | Выявление степени дифференциации конвенциональных и моральных норм               | 2 неделя октября | Своевременное выявление детей группы риска                                                |
| 9  | Углубленная диагностика суицидальных рисков обучающихся «группы риска» Методика МОДТ Е.Е.Малкова (По необходимости)                                      | Обуч-ся 4-х кл. | Выявление уровня и характер тревожности.                                         | 3 неделя октября | Своевременное выявление детей группы риска                                                |
| 10 | Диагностика уровня коммуникативных УУД «Рукавички» Г.А.Цукерман (сформированность действий по согласованию усилий в процессе организации сотрудничества) | Обуч-ся 1-х кл. | Изучение коммуникативных действий, умения сотрудничать                           | 3 неделя октября | Своевременное выявление детей группы риска для предупреждения школьной дезадаптации       |

|    |                                                                                                                                 |                     |                                                                 |                     |                                                                                                    |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11 | Диагностика отношения к школе:<br>анкета Н.Г. Лускановой (личностные<br>УУД)                                                    | Обуч-ся<br>1-х кл.  | Изучение особенностей эмоциональной<br>сферы                    | 4 неделя<br>октября | Своевременное<br>выявление детей<br>группы риска для<br>предупреждения<br>школьной<br>дезадаптации |
| 12 | Диагностика личностных УУД<br>(самооценка) «Лесенка» В.Г.Щур                                                                    | Обуч-ся<br>1-х кл.  | Изучение личностных особенностей                                | 4 неделя<br>октября | Своевременное<br>выявление детей<br>группы риска для<br>предупреждения<br>школьной<br>дезадаптации |
| 13 | Анкетирувание родителей по проблеме<br>школьной адаптации                                                                       | Родители<br>1-х кл. | Выявление детей, испытывающих<br>трудности адаптации к школе    | 4 неделя<br>октября | Предупреждение<br>школьной<br>дезадаптации,<br>выработка<br>рекомендаций для<br>родителей          |
| 14 | Анкетирувание педагогов по проблеме<br>школьной адаптации                                                                       | Педагоги<br>1-х кл. | Выявление<br>проблем, влияющих на успешную<br>адаптацию к школе | 1 неделя<br>ноября  | Предупреждение<br>школьной<br>дезадаптации,<br>выработка<br>рекомендаций для<br>педагогов          |
| 15 | Анкетирувание педагогов                                                                                                         | Педагоги<br>1-4 кл. | Выявление одаренных обучающихся                                 | 1 неделя<br>ноября  | Выработка<br>рекомендаций для<br>педагогов                                                         |
| 16 | Изучение особенностей протекания<br>адаптационного периода 1-классников.<br>Цветовой тест Люшера<br>(модификация Л.А. Ясюковой) | Обуч-ся<br>1-х кл.  | Изучение особенностей эмоциональной<br>сферы обуч-ся            | 2 неделя<br>ноября  | Предупреждение<br>школьной<br>дезадаптации                                                         |

|    |                                                                                                                           |                    |                                                                                                                                                          |                         |                                                                                             |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | Диагностика учащихся с проблемами в поведении (по запросам)                                                               | Обуч-ся<br>1-4 кл. | Выявление причин, вызывающих проблемы в поведении обучающегося.                                                                                          | в течении<br>2 четверти | Психологическая коррекция поведения, выработка рекомендаций для педагогов и родителей.      |
| 18 | Анкетирование педагогов с целью выявления трудностей у учащихся с ОВЗ                                                     | Обуч-ся<br>1-4 кл. | Выявлении трудностей в обучении                                                                                                                          | 3 недели<br>ноября      | Выработка рекомендаций для педагогов.                                                       |
| 19 | Диагностика личностных, коммуникативных, регулятивных УУД (школьная мотивация, самооценка, межличностные взаимоотношения) | Обуч-ся<br>2-х кл. | Выявление ведущих мотивов учения, отношения к школе, личностных особенностей обуч-ся, обуч-ся с трудностями в общении, нарушениями коммуникативной сферы | 1-2 недели<br>декабря   | Обеспечение успешности социализации личности, организация психолого-педагогической помощи.  |
| 20 | Анкетирование классных руководителей с целью выявления межличностных проблем в классных коллективах с детьми с ОВЗ        | Обуч-ся<br>1-4 кл. | Выявление межличностных проблем в учебном коллективе с участием детей ОВЗ                                                                                | 3 недели<br>декабря     | Своевременное выявление межличностных проблем, организация психолого-педагогической помощи. |
| 21 | Диагностика личностных, коммуникативных УУД (школьная мотивация, самооценка, межличностные взаимоотношения)               | Обуч-ся<br>3-х кл. | Отслеживание динамики отношения к школе, мотивов учения, личностных особ. обуч-ся, обуч-ся с трудностями в общении                                       | 1-2 недели<br>февраля   | Обеспечение успешности социализации личности, организация психолого-педагогической помощи.  |
| 22 | Диагностика личностных,                                                                                                   | Обуч-ся            | Отслеживание динамики отношения к                                                                                                                        | 1-2 недели              | Обеспечение                                                                                 |

|    |                                                                                         |                 |                                                           |                |                                                                                    |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|    | регулятивных УУД (школьная мотивация, самооценка)                                       | 4-х кл.         | школе, мотивов учения, личностных особ. обуч.             | март           | успешности социализации личности, организация психолого-педагогической помощи.     |
| 23 | Обследование особенностей межличностных взаимоотношений.                                | Обуч-ся 4-х кл. | Выявление обуч-ся с трудностями в общении со сверстниками | 3 неделя марта | Статусное положение в классном коллективе, личностные особенности                  |
| 24 | Диагностика эмоционального состояния учителя, определение его психологического статуса. | Педагоги        | Определение психического состояния учителя                | 4 неделя марта | Оказание психологической помощи по стабилизации психического состояния.            |
| 25 | Обследование познавательных УУД обуч-ся при переходе в среднее звено.                   | Обуч-ся 4-х кл. | Определение уровня интеллектуального развития учащихся    | апрель         | Выявление уровня готовности к обучению в средней школе, рекомендации для родителей |
| 26 | Диагностика развития учащихся с ОВЗ                                                     | Обуч-ся 1-4 кл. | Определить уровень актуального развития, выявить динамику | апрель         | Обеспечение психологического сопровождения учащихся с различными проблемами, с ОВЗ |
| 27 | Психодиагностика будущих первоклассников                                                | Дошкольники     | Определение уровня готовности к школе                     | апрель-май     | Выявление уровня готовности к школьному обучению, рекомендации для родителей       |

|    |                                                                                                                                                         |                         |                                             |             |                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------|
| 28 | Диагностика взаимодействия родителей с ребенком (опросник И. И. Марковской). Рисунок семьи (Определение статуса положения в семье, семейные отношения). | Родители семей СОП, ТЖС | Выявление особенностей семейного воспитания | в теч. года | Гармонизация взаимоотношений родителей с ребенком |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------|

## II. РАЗВИВАЮЩАЯ И КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА

| № п/п | Планируемые мероприятия                                                                                  | Объект деятельности         | Задачи                                                                                                        | Сроки                | Ожидаемые результаты                                                           |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Развивающие занятия по адаптации к школе «Здравствуй, школа!»                                            | Обуч-ся 1 кл.               | Снижение уровня школьной тревожности                                                                          | в течение 1 четверти | Освоение новой социальной роли школьника                                       |
|       | Коррекционно-развивающие занятия по адаптации к обучению в школе обучающихся с ОВЗ                       | Обуч-ся 1-4 кл.             | Выявление детей, испытывающих трудности адаптации к школе                                                     | в течение 1 четверти | Оказание психологической помощи по стабилизации психического состояния.        |
|       | Коррекционно-развивающие занятия по адаптации к новым условиям обучения.                                 | Обуч-ся 1 кл.               | Выявление детей, испытывающих трудности адаптации к школе                                                     | в течение 1 четверти | Оказание психологической помощи по стабилизации психического состояния.        |
| 2     | Практические занятия по профилактике буллинга детей с ОВЗ «Не надо брать драться, а надо заступаться»    | Обуч-ся 1-4 кл.             | Формирование коммуникативных навыков                                                                          | октябрь              | Изменение статусного положения в классном коллективе                           |
| 3     | Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия с детьми, испытывающими трудности в поведении | Обуч-ся 2-4 кл (по запросу) | Развитие навыков адекватного реагирования в межличностном общении, снижение уровня агрессивности, тревожности | в теч. года          | Уменьшение конфликтности во взаимоотношениях, нормализация эмоционального фона |

|    |                                                                                                                                                                 |                                    |                                                                                                                 |                        |                                                                                      |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 4  | Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия с детьми с низким уровнем адаптации к школе (по итогам диагностики)                                  | Обуч-ся<br>1 кл.                   | Снижение уровня школьной тревожности, повышение адаптационных возможностей, повышение уровня школьной мотивации | в течение 2-3 четверти | Социально-психологическая адаптация, сохранение психологического здоровья школьников |
| 5  | Практическое занятие «Что такое толерантность?»                                                                                                                 | Обуч-ся<br>2-4 кл                  | Формирование умения быть терпимым, развитие способности к сопереживанию и сочувствию                            | ноябрь                 | Развитие эмпатии, человеколюбия                                                      |
| 6  | Коррекция личностных особенностей учащихся с девиантным поведением                                                                                              | Обуч-ся<br>2-4 кл<br>(по запросу)  | Повышение самооценки, снижение тревожности, развитие коммуникативных навыков                                    | в теч. года            | Социализация в социуме                                                               |
| 7  | Интернет-рассылка для педагогов «Простые техники самопомощи», «Гайд по ресурсному состоянию», чек-лист «Если ничего не хочется» и др.                           | Педагоги                           | Активизация внутренних ресурсов, снижение эмоционального напряжения                                             | Октябрь                | Освоение навыков саморегуляции                                                       |
| 8  | Индивидуальная коррекция для попавших в кризисную ситуацию.                                                                                                     | Педагоги, родители, учащиеся       | Повышение сопротивляемости стрессу                                                                              | по запросу             | Нормализация эмоционального фона, снижение тревожности                               |
| 9  | Тренинг родительских навыков по теме «Предотвращение нежелательного поведения: как помочь ребёнку оставаться заинтересованным и как регулировать его поведение» | Родители учащихся с ОВЗ<br>1-4 кл. | Гармонизация детско-родительских отношений                                                                      | в теч. года            | Снижение конфликтности, агрессивности в межличностных взаимоотношениях               |
| 10 | Развивающие занятия «Тропинка к своему Я»                                                                                                                       | Обуч-ся<br>1-х кл.                 | Развитие навыков социального поведения и общения с другими.                                                     | в теч. года            | Положительное самоотношение, бесконфликтное взаимодействие во                        |

|    |                                                |                                   |                                                                                                                             |             |                                                                                        |
|----|------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                |                                   |                                                                                                                             |             | сверстниками                                                                           |
| 11 | Занятия по развитию эмоционально-волевой сферы | Обуч-ся<br>2-4 кл.(по<br>запросу) | Формированию<br>навыков<br>саморегуляции,<br>развитие навыков<br>социально приемлемого<br>поведения и общения с<br>другими. | в теч. года | Положительное<br>самоотношение,<br>бесконфликтное<br>взаимодействие во<br>сверстниками |

### III. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА

| №<br>п/п | Планируемые мероприятия                                                                                        | Объект<br>деятельности | Задачи                                                                          | Сроки    | Ожидаемые результаты                                                                        |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | Проведение «круглого стола» по организации процесса школьной адаптации                                         | Педагоги<br>1 кл       | Организация<br>психологического<br>сопровождения<br>адаптационного<br>периода   | сентябрь | Профилактика<br>школьной дезадаптации,<br>снижение уровня<br>тревожности<br>первоклассников |
| 2        | Практические занятия по профилактике эмоционального выгорания педагогов<br>«Хочешь быть счастливым - будь им!» | Педагоги               | Активизация<br>внутренних ресурсов,<br>снижение<br>эмоционального<br>напряжения | ноябрь   | Эмоциональная<br>разгрузка, укрепление<br>психологического<br>здоровья                      |
| 3        | Психологическая акция «Дерево толерантности»                                                                   | Обуч-ся<br>4 кл.       | Развитие эмпатии,<br>сопереживания,<br>сочувствия                               | ноябрь   | Развитие эмпатии,<br>групповое сплочение                                                    |
| 4        | Профилактическое занятие «Мелочи неудач»                                                                       | 4 кл.                  | Профилактика<br>суицидальных<br>намерений                                       | январь   | Снижение тревожности,<br>повышение<br>стрессоустойчивости                                   |
| 5        | День психологии в школе                                                                                        | 1-4 кл.                | Пропаганда<br>психологических<br>знаний                                         | март     | Повышение<br>психологической<br>грамотности                                                 |
| 6        | Акция «Путь доверия»                                                                                           | Обуч-ся                | Развитие чувства                                                                | апрель   | Снижение тревожности,                                                                       |

|   |                                                                          |               |                                                                             |        |                                           |
|---|--------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------|
|   |                                                                          | 1 кл.         | ответственности за другого человека, доверительного отношения друг к другу. |        | развитие эмпатии, групповое сплочение.    |
| 7 | Мастерская «День психологического здоровья педагогов»                    | Педагоги      | Профилактика эмоционального выгорания                                       | март   | Формирование основ ЗОЖ                    |
| 8 | Тренинговое занятие «Что имеем мы сейчас, чтобы идти нам в пятый класс?» | Обуч-ся 4 кл. | Подготовка к переходу в среднее звено                                       | апрель | Снижение тревожности, повышение мотивации |

#### IV. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ, КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

| № п/п | Планируемые мероприятия                                                        | Объект деятельности        | Задачи                                                                           | Сроки    | Ожидаемые результаты                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------|
| 1     | Родительский лекторий «Роль семьи в адаптационный период»                      | Родители обуч-ся 1 классов | Ознакомление родителей о методах и способах поддержания детей в период адаптации | сентябрь | Повышение психологической компетентности                |
| 2     | Групповая консультация по результатам диагностики готовности к школе           | Педагоги 1 кл.             | Информирование педагогов об индивидуальных особенностях обучающихся              | октябрь  | Гармонизация взаимоотношений в системе «учитель-ученик» |
| 3     | Групповая консультация по результатам диагностики учащихся                     | Педагоги 2 кл.             | Информирование педагогов об индивидуальных особенностях обучающихся              | декабрь  | Гармонизация взаимоотношений в системе «учитель-ученик» |
| 4     | Групповая консультация по результатам диагностики учащихся                     | Педагоги 3 кл.             | Информирование педагогов об индивидуальных особенностях обучающихся              | февраль  | Гармонизация взаимоотношений в системе «учитель-ученик» |
| 5     | Психологический практикум «Роль семьи и школы в формировании личности ребенка» | Родители 1 кл.             | Освоение навыков конструктивного взаимодействия с ребенком                       | февраль  | Гармонизация детско-родительских отношений              |

|    |                                                                                                                              |                                 |                                                                            |             |                                                         |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------|
| 6  | Тематическое родительское собрание «Готовность первоклассника к школе»                                                       | Родители ДО                     | Информирование родителей об особенностях подготовки к школьному обучению   | март        | Повышение психологической компетентности                |
| 7  | Групповая консультация по результатам диагностики учащихся                                                                   | Педагоги 4 кл.                  | Информирование педагогов об индивидуальных особенностях обучающихся        | апрель      | Гармонизация взаимоотношений в системе «учитель-ученик» |
| 8  | Родительский лекторий «Компоненты готовности к переходу в среднее звено»                                                     | Родители обуча-ся 4 классов     | Информирование родителей об особенностях адаптации обучающихся 5-х классов | май         | Повышение психологической компетентности                |
| 9  | Родительский лекторий «Возрастные особенности младшего школьника. Правила жизни ребенка» (по запросу классных руководителей) | Родители обуча-ся 2-3 классов   | Информирование родителей о возрастных особенностях младшего школьника      | в теч. года | Повышение психологической компетентности                |
| 10 | Индивидуальное консультирование обучающихся                                                                                  | 2-4 классы                      | Оказание психологической помощи                                            | в теч. года | Психологическая поддержка                               |
| 11 | Индивидуальное консультирование родителей по вопросам воспитания детей                                                       | Родители обучающихся            | Оказание психологической, информационной помощи                            | в теч. года | Психологическая поддержка                               |
| 12 | Индивидуальное консультирование учителей по вопросам обучения и взаимодействия с учащимися                                   | Учителя, кл. руков., администр. | Оказание психологической, методической помощи                              | в теч. года | Психологическая поддержка                               |
| 13 | Индивидуальные, групповые консультации по итогам диагностики                                                                 | Родители                        | Информирование об особенностях развития обучающихся                        | в теч. года | Гармонизация детско-родительских отношений              |