

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГБУ «ЗЦПДОБПР им. А.П. Калабина»



С.В. Зыкова

«12» января 2026 г.

**Перспективно-календарный план работы  
педагога-психолога  
Ощепковой И.В.  
на 2026 год**

**Цель деятельности:**

Создание условий, способствующих развитию и сохранению психического и физического здоровья воспитанников, обеспечению их эмоционального благополучия, свободному и эффективному личностному развитию каждого ребенка. Преодоление травматического опыта у детей, находящихся в детском доме и переживших травму жестокого обращения в семье.

**Основные задачи:**

1. Создавать оптимальные условия для развития личности воспитанников в детском центре, способствующие укреплению психологического здоровья детей, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.
2. Профилактика и коррекция причин нарушений в обучении и воспитании, обеспечение полноценного формирования личности воспитанников.
3. Системное, комплексное изучение личностных психофизиологических особенностей ребенка, способствующее накоплению количественных и качественных показателей для определения содержания основных направлений коррекционно-реабилитационной работы.

4. Психологическое просвещение и оказание своевременной психологической помощи всем участникам воспитательного и образовательного процесса.

5. Активное воздействие на процесс формирования личности и сохранения ее индивидуальности путем организации групповых и индивидуальных занятий.

| №                                      | Мероприятие   | Сроки    | Ответственные                     | Результат  |
|--|---|----------|-----------------------------------|--|
| <b>1. Психологическая профилактика</b> |   |          |                                   |  |
| 1.1.                                   | Круглый стол «Быть ответственным, значит...» (7-11 класс)                             | февраль  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Формирование у воспитанников ответственности за свои поступки.   |
| 1.2.                                   | Тренинг для педагогов «Профилактика эмоционального выгорания»                         | март     | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Создание условий для сохранения и укрепления психологического здоровья педагогов, формирования навыков регуляции психоэмоциональных состояний, профилактики эмоционального выгорания в педагогической деятельности |
| 1.3.                                   | Психологическое занятие с элементами тренинга «Мои качества» (1-5 класс)              | апрель   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Формирование у воспитанников стремления к самопознанию и саморазвитию.   |
| 1.4.                                   | Психологическое занятие с элементами тренинга «Профессия: что я выбираю» (9-11 класс) | май      | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Стимулирование самопознания и профессионального самоопределения воспитанников.   |
| 1.5.                                   | Занятие с элементами тренинга «Мои качества»  | сентябрь | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Содействие формированию у воспитанников стремления к самопознанию и саморазвитию.  |

|  |  |                       |                                   |  |
|--|--|-----------------------|-----------------------------------|--|
|  | (1-5класс)   |                       |                                   |  |
| 1.6.                                       | Беседа «Мы умеем слышать и слушать» (5-7 класс).   | октябрь               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Формирование у воспитанников группового взаимодействия, умения работать в команде, принятия и понимания друг друга.  |
| 1.7.                                       | Психологическое занятие с элементами тренинга «Моя история или Дорога жизни». (5-9 класс)  | ноябрь                | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Формирование адаптивного отношения к жизни, осознание ценности жизни, профилактика суицидального поведения.  |
| 1.8.                                       | Занятие с элементами тренинга для педагогов «Психологическая профилактика эмоционального и профессионального выгорания педагогов». | декабрь               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Снятие эмоционального и мышечного напряжения, формирование навыков регуляции педагогов, психоэмоциональных состояний, профилактика эмоционального выгорания в педагогической деятельности. |
| <b>2. Психологическое консультирование</b> |  |                       |                                   |  |
| 2.1.                                       | Индивидуальные психологические консультации по запросу воспитанников, педагогов, кровных и замещающих родителей.                   | По запросу            | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Психоэмоциональная стабилизация консультируемых, осознание ими источников личных трудностей и определение путей их разрешения.   |
| 2.2.                                       | Консультирование педагогов по результатам диагностик.  | По мере необходимости | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Применение полученной информации воспитателями при работе с детьми.  |
| 2.3.                                       | «Психологические рекомендации по работе с детьми, пережившими травму жестокого обращения» (пед.коллектив).                         | февраль               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Применение рекомендации воспитателями в работе с детьми.   |
| 2.4.                                       | «Психологическое и эмоциональное здоровье педагога как залог профессиональной успешности»  | март                  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Сохранение и укрепление здоровья педагога, создание благоприятной психоэмоциональной обстановки в коллективе.  |
| 2.5.                                       | «Как справиться со стрессом и волнением в период подготовки и сдачи экзаменов»   | май                   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Снижение уровня психологического напряжения, умения применять методики саморасслабления.   |

|                                       |   |          |                                   |   |
|---------------------------------------|---|----------|-----------------------------------|---|
|                                       | (воспитанники 9 классов).   |          |                                   |   |
| 2.6.                                  | «Адаптация в постинтернатный период» (воспитанники, готовящиеся к выпуску из детского центра).  | август   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Умение осознавать собственные трудности, их причины, пути преодоления.  |
| 2.7.                                  | «Адаптация учащихся 1,5,9 классов» (пед.коллектив).   | сентябрь | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Применение полученной информации воспитателями при работе с детьми данной категории.  |
| <b>3. Психодиагностическая работа</b> |   |          |                                   |   |
| 3.1.                                  | Измерение психологического микроклимата в коллективе (педагогический коллектив).  | Февраль  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Выявление уровня благоприятности психологического микроклимата. Внесение изменений в план работы с педагогическим коллективом.  |
| 3.2.                                  | Многофакторный личностный опросник Р.Кеттелла. (8-11класс).   | Март     | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Диагностика особенностей личности человека.   |
| 3.3.                                  | Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда (Голланда).<br>Исследование ценностных ориентаций М. Рокича. (9-11класс).<br>«Методика для изучения социализированности личности» (автор М.И. Рожков).<br>Ориентировочная анкета Басса-Смекала- Кучера<br>Методика склонности к отклоняющему поведению<br>А.Н. Орел | Апрель   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Изучение профессиональных склонностей и интересов воспитанников, их профессиональной направленности. Выдача заключения воспитателям о профессиональной направленности личности воспитанников, способствующего осуществлению осознанного профессионального выбора. Заполнение индивидуальной карты итоговой оценки уровня социализированности выпускника учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.<br>Диагностика направленности личности.<br>Определение склонности к отклоняющемуся поведению. |
| 3.4.                                  | Мониторинг комфортности проживания воспитанников в центре помощи (методика  | май      | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Выбор дальнейших форм и методов работы с воспитанниками с учетом особенностей их развития, состояния здоровья и результатов оценки благополучия.  |

|      |   |          |                                   |  |
|------|---|----------|-----------------------------------|--|
|      | В.Н.Ослон).<br>Методика оценки психологического климата (Л.Н. Лутошкин)<br>Диагностика готовности к школьному обучению  |          |                                   | Исследование психологического климата в коллективе на эмоциональном уровне.<br><br>Диагностика готовности к школьному обучению, диагностика уровня развития познавательных процессов.                              |
| 3.5. | Опросник Басса –Дарки (5-11 класс).<br>Шкала личностной тревожности Спилберга (адаптация Ю.Л. Ханина)   | сентябрь | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Диагностика агрессивных и враждебных реакций.<br>Определение уровня личностной тревожности.  |
| 3.6. | Диагностика уровня развития познавательной сферы при помощи диагностического комплекта Ж.М. Глозмана, А.Е. Соболевой, Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (воспитанники, включенные в проект «Добрые перемены»).                               | октябрь  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Уровень развития восприятия, логического и пространственного мышления; исследование особенностей развития познавательной сферы детей.  |
| 3.7. | Определение психологического микроклимата в детском коллективе, определение значимых лиц для воспитанников. Определение социометрического статуса детей в семьях (1-5 класс).<br>Диагностика профессионального выгорания педагогов. | ноябрь   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Выявление социометрического статуса детей в группах; выявления уровня благоприятности микроклимата воспитанников; выявление круга значимых лиц для воспитанников; мониторинг динамики профессионального выгорания. |
| 3.8. | Цветовой тест отношений, методика Е.Ф. Бажина, А.М. Эткинда   | декабрь  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Изучение динамических особенностей личностных и групповых эмоциональных состояний, психологического климата группы, самочувствия личности в группе, оценка воздействия различных                                   |

|  |   |                                |                                   |  |
|--|---|--------------------------------|-----------------------------------|--|
|  |   |                                |                                   | ситуаций на ребенка, а также для выяснения влияния на эмоциональное самочувствие воспитанника воздействий разных педагогов.      |
| 3.9.                                       | Проведение диагностического обследования по запросу педагогов.  | В течение года                 | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Рекомендации педагогам, определение направления коррекционной работы.  |
| <b>4. Коррекционно-развивающая работа.</b> |   |                                |                                   |  |
| 4.1.                                       | <u>Индивидуальная работа:</u><br>1.Занятия с воспитанниками, направленные на развитие сенсомоторной координации и пространственного восприятия с использованием элементов нейрогимнастики, нейропсихологического оборудования.. | В течение года, 1 раз в неделю | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Психофизическое развитие воспитанников, коррекция различных нарушений ребенка, восстановление нормального функционирования мозга |

|      |  |                                |                                   |   |
|------|--|--------------------------------|-----------------------------------|---|
| 4.2. | <u>Групповая работа:</u><br>1.Работа по программе психологической реабилитации детей подвергшихся жестокому обращению «Добрые перемены» (автор составитель Алексеева И.А., Новосельский И.Г.). | В течение года, 1 раз в неделю | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Развитие приемов и способов поведения, способствующих социальной адаптации детей и преодолению психотравмирующих условий. |
|------|--|--------------------------------|-----------------------------------|---|

|  |   |                                |                                   |  |
|--|---|--------------------------------|-----------------------------------|--|
| 4.3.                                   | 2.Работа по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе социально педагогической направленности «На пороге к самостоятельной жизни», 9-11 класс. | В течение года, 1 раз в неделю | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Формирование коммуникативных и социальных компетенций воспитанников для преодоления трудностей социальной адаптации воспитанников.   |
| 4.4.                                   | 3. Работа по коррекционно-развивающей программе для учащихся 1-4 классов «Учись учиться» Языкановой Е.В.  | В течение года, 1 раз в неделю | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Диагностика, развитие и коррекция познавательных процессов младших школьников с целью улучшения восприятия, переработки и усвоения программного материала, повышение уровня обучаемости детей. |
| <b>5. Психологическое просвещение.</b> |   |                                |                                   |  |
| 5.1.                                   | Семинар практикум «Жестокое обращение с ребенком.   | апрель                         | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Актуализация полученного опыта в работе с детьми, пережившими травму жестокого обращения, выбор  |

|  |  |  |                                     |  |
|--|--|--|-------------------------------------|--|
|  | Причины, последствия, помощь»  |  |                                     | единого пути для помощи ребенку.   |
| 5.2.   | Выступления на совещании при директоре.  | по запросу   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В.   | Повышение уровня психологической компетентности педагогов.   |
| 5.3.   | Результат и сравнительный анализ диагностики психологического микроклимата, психологического статуса воспитанников.        | ноябрь   | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В.   | Повышение уровня психологической компетентности педагогов.   |
| <b>6. Организационно-методическая и аналитическая работа</b> |  |  |                                     |  |
| 6.1.   | Принятие участия в работе ПМПк.  | ежемесячно, среда месяца                                 | 3 педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Определение и организация в рамках учреждения адекватных условий развития, обучения и воспитания в соответствии со специальными образовательными потребностями, возрастными особенностями, диагностированными индивидуальными возможностями ребенка в зависимости от состояния соматического и нервно-психического здоровья. |
| 6.2.   | Принятие участия в работе Совета профилактики.   | ежемесячно, четверг месяца                               | 4 педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Профилактика дезадаптации воспитанников в социальной среде. Предупреждение девиантного и деликвентного поведения воспитанников.  |
| 6.3.   | Принятие участия в методическом совете.  | 1 раз в квартал  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В.   | Организация и помощь в подготовке и разработке методических материалов.  |
| 6.4.   | Взаимодействие с образовательными учреждениями.  | сентябрь, декабрь, март, май, либо по мере необходимости | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В.   | Выяснение особо важных проблем и вопросов в процессе адаптации и обучения воспитанников центра помощи.   |
| 6.5.   | Составление в индивидуальных планов развития и жизнеустройства воспитанников раздела «Мероприятия психологической помощи», | февраль, август  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В.   | Наличие разделов «Мероприятия психологической помощи», «Мероприятия коррекционно-развивающей помощи» индивидуальных планов развития и жизнеустройства воспитанников.   |

|      |   |                |                                   |   |
|------|---|----------------|-----------------------------------|---|
|      | «Мероприятия коррекционно-развивающей помощи».  |                |                                   |   |
| 6.6. | Изучение и подборка материалов на тему: «Жестокое обращение с детьми. Причины. Последствия. Помощь» | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Самообразование.  |
| 6.7. | Участие в методических объединениях, семинарах, конференциях. Курсы повышения квалификации.         | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Индивидуальное развитие и самосовершенствование, повышение педагогической квалификации. |
| 6.8. | Анализ деятельности за год (отчет).   | до 25 декабря  | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Анализ работы. Аналитический отчет.   |

### Служба содействия семейному устройству

|    |  |                |                                   |  |
|----|--|----------------|-----------------------------------|--|
| 1. | Информирование и консультирование граждан о формах и условиях детей в семью.                             | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Привлечение кандидатов в замещающие родители.  |
| 2. | Проведение диагностики воспитанников.  | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Установление желания проживать в семье.  |
| 3. | Коррекция эмоциональных состояний, проведение индивидуальных психологических консультаций.               | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Подготовка к проживанию в замещающей семье.  |
| 4. | Оказание необходимой помощи кровным родителям в принятии своих детей (встречи, консультации, поддержание | в течение года | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Реабилитация и восстановление в родительских правах родителей воспитанников, установление с ними социальных связей для возврата детей в кровные семьи. |

|  |  |                              |                                   |  |
|--|--|------------------------------|-----------------------------------|--|
|  | мотивации).  |                              |                                   |  |
| <b>Служба оказания помощи в социальной адаптации выпускников</b> |  |                              |                                   |  |
| 1.   | Налаживание связей с субъектами взаимодействия (государственные учреждения, службы, отдел образования, учебные заведения и т.д.) | В течение года               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Комплексное оказание помощи выпускникам.   |
| 2.   | Проведение индивидуальных психологических консультаций, профтестирования воспитанников предвыпускного периода.                   | В течение года               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Осознанный выбор воспитанниками профессии.   |
| 3.   | Занятия по профориентационному самоопределению для воспитанников предвыпускного периода.   | В течение года               | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Осознанный выбор воспитанниками профессии, развитие умения взаимодействовать в группе. |
| 4.   | Составление индивидуальных карт итоговой оценки уровня социализированности выпускника.   | май                          | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Оценка уровня социализированности выпускника.  |
| 5.   | Коррекция различных отклонений в поведении.<br><br>Коррекция проблем, связанных с межличностными конфликтами.                    | По индивидуальным программам | педагог-психолог<br>Ощепкова И.В. | Развитие навыков бесконфликтного взаимодействия.<br>Соблюдение норм и правил.          |