**ПОГОДЖУЮ**
Керівник методичного об'єднання
практичних психологів
Інна КРАВЧЕНКО

«22» вересня 2026 р

**ЗАТВЕРДЖУЮ**
Директор
Вовчоярівської гімназії
Віталій УРАЗОВСЬКИЙ

«23» вересня 2026 р

# РІЧНИЙ ПЛАН

роботи практичного психолога (0,5)
Назінкіної Любові Іванівни
на 2026 – 2027 н.р.

# ВСТУП

Діяльність практичного психолога у 2026/2027 навчальному році спрямовується на збереження та зміцнення психічного здоров'я учасників освітнього процесу, створення психологічно безпечного та підтримувального освітнього середовища, своєчасне виявлення потреб здобувачів освіти та надання адресної психосоціальної і психологічної допомоги.

Особливої актуальності набуває психологічна підтримка дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій, вимушеного переміщення, окупації, втрати близьких, а також внутрішньо переміщених осіб, дітей із тимчасово окупованих територій, здобувачів освіти, які перебувають за кордоном, та дітей з особливими освітніми потребами.

У 2026/2027 навчальному році діяльність психологічної служби здійснюється з урахуванням сучасних підходів до охорони психічного здоров'я та переходу до багаторівневої системи підтримки. Пріоритетними є профілактика та раннє виявлення психоемоційних труднощів, адресне реагування на потреби дитини, розвиток психологічної стійкості, підтримка навичок емоційної саморегуляції, кризове реагування та своєчасне перенаправлення до відповідних фахівців у випадках, коли потреби учасника освітнього процесу виходять за межі компетенції працівника психологічної служби.

Діяльність практичного психолога у 2026/2027 навчальному році здійснюється відповідно до чинного законодавства України, нормативно-правових актів у сфері освіти, захисту прав дитини, інклюзивного навчання, запобігання насильству та охорони психічного здоров'я.

Основними нормативно-правовими та методичними документами є:

1. Конституція України.
2. Конвенція ООН про права дитини.
3. Закон України «Про освіту».
4. Закон України «Про повну загальну середню освіту».
5. Закон України «Про охорону дитинства».
6. Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні».
7. Закон України «Про соціальні послуги».
8. Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству».
9. Закон України «Про захист персональних даних».

10. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб».

11. Закон України «Про забезпечення прав і свобод громадян та правовий режим на тимчасово окупованій території України».

12. Положення про психологічну службу у системі освіти України, затверджене наказом Міністерства освіти і науки України від 22.05.2018 № 509, зі змінами та доповненнями.

13. Концепція розвитку психологічної служби у системі освіти на період до 2030 року, схвалена відповідним розпорядженням Кабінету Міністрів України.

14. Лист Міністерства освіти і науки України від 17.08.2026 № 1/17702-26 «Про організацію діяльності психологічної служби у системі освіти у 2026/2027 навчальному році».

15. Порядок організації інклюзивного навчання у закладах загальної середньої освіти, затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 15.09.2021 № 957, зі змінами.

16. Положення про інклюзивно-ресурсний центр, затверджене постановою Кабінету Міністрів України від 12.07.2017 № 545, зі змінами.

17. Порядок реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646(поточна редакція від 11.08.2026)

18. Порядок подання та розгляду заяв про випадки булінгу (цькування) в закладах освіти, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646. ( поточна редакція від 11.08.2026)

19. Про внесення змін до Порядку реагування на випадки булінгу (цькування) та Порядку застосування заходів виховного впливу (МОН наказ 18.06.2026 № 961)

20. Документи та методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України щодо організації освітнього процесу в умовах воєнного стану, психологічної підтримки учасників освітнього процесу та забезпечення безпечних умов навчання.

21. Методичні матеріали та практики з питань збереження психічного здоров’я, психосоціальної підтримки, розвитку психологічної стійкості та навичок саморегуляції, рекомендовані для використання в системі освіти.Етичного кодексу психолога.

## І. Аналітична частина

Аналіз діяльності за минулий навчальний рік не подається у зв’язку з призначенням на посаду практичного психолога Вовчоярівської гімназії з 01.09.2026 р.

## ІІ Цілепокладаюча частина

Воєнні дії, які тривають на території України, суттєво вплинули на всі аспекти освітнього процесу. Освіта в умовах повномасштабної війни стикається не лише з фізичними загрозами, а й із серйозними викликами психічного характеру, що зачіпають як здобувачів освіти, так і педагогів, батьків, адміністрацію. Руйнівний вплив травматичних подій позначається на цілісності особистості, емоційній стабільності та когнітивному розвитку дитини. Особливо вразливою виявляється дитяча та підліткова психіка, яка є лабільною, нестійкою і потребує постійного супроводу, підтримки та ресурсного підкріплення.

Специфіка функціонування Вовчоярівської гімназії у 2026–2027 навчальному році зумовлена виключно онлайн-форматом навчання. У закладі функціонують 1, 2, 3, 6, 7 та 8 класи. Значна частина учнівського колективу належить до соціально вразливих категорій: діти зі статусом ВПО (внутрішньо переміщені особи), діти, які перебувають на тимчасово окупованих територіях (ТОТ) або за кордоном, діти з багатодітних родин, а також діти, чиї батьки мають статус УБД (учасників бойових дій) або захищають Україну в лавах ЗСУ. Кадровий склад закладу становить 10 педагогічних працівників, які працюють в умовах підвищеного психоемоційного навантаження.

Психологічна служба закладу освіти працює над темою: «Психологічний супровід та збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу в умовах дистанційного навчання та воєнного стану».

Заклад освіти, у свою чергу, реалізує науково-методичну тему: «Формування безпечного цифрового освітнього середовища та розвиток ключових компетентностей здобувачів освіти засобами інтерактивних технологій в умовах дистанційного навчання».

Діяльність практичного психолога у 2026/2027 навчальному році спрямовується на психологічне забезпечення освітнього процесу, створення психологічно безпечного та підтримувального цифрового освітнього середовища, збереження психічного здоров’я і психологічного благополуччя учасників освітнього процесу. Пріоритетними залишатимуться розвиток життєстійкості (резильєнтності), емоційної саморегуляції, навичок конструктивної взаємодії в мережі та формування культури звернення по допомогу.

Важливим напрямом роботи є формування психологічно безпечного цифрового освітнього середовища та профілактика насильства, булінгу,

кібербулінгу й інших форм небезпечної онлайн-взаємодії. Передбачається розвиток у здобувачів освіти (зокрема учнів 1–3 та 6–8 класів) навичок розпізнавання власних емоцій і потреба, встановлення особистих меж у цифровому просторі, конструктивного вирішення конфліктів у шкільних чатах, взаємоповаги, емпатії та відповідального звернення по допомогу.

Окрему увагу приділено психологічній підтримці дітей в умовах воєнних, кризових та інших складних життєвих обставин — перш за все дітей ВПО, дітей з ТОТ та родин учасників бойових дій. Робота передбачає розвиток навичок самодопомоги, подолання стресу та відновлення внутрішніх ресурсів. Профілактична робота також охоплюватиме формування у дітей розуміння ознак психологічного неблагополуччя та способів отримання підтримки. У випадках кризових станів або виявлення ризиків забезпечуватиметься відповідне професійне реагування, а за необхідності — перенаправлення до компетентних фахівців та служб.

Значущим завданням практичного психолога є підвищення психологічної компетентності педагогічних працівників та батьків, зокрема щодо розпізнавання змін у поведінці й емоційному стані дитини через екран, підтримувальної комунікації під час онлайн-уроків, реагування на кризові ситуації та створення умов, у яких дитина може безпечно звернутися по допомогу.

Окремий профілактичний акцент зроблено на психологічній безпеці та благополуччі дітей у цифровому середовищі: запобіганні кібербулінгу й онлайн-насильству, розпізнаванні маніпулятивного впливу та небезпечних онлайн-контактів, розвитку критичного сприйняття інформації й відповідальної цифрової поведінки.

## Основні завдання психологічної служби на 2026–2027 н.р.

1. Сприяти збереженню та зміцненню психічного здоров’я і психологічного благополуччя учасників освітнього процесу, розвитку життєстійкості, емоційної саморегуляції, навичок самодопомоги та конструктивної взаємодії.
2. Створювати та підтримувати психологічно безпечне цифрове освітнє середовище, здійснювати профілактику насильства, булінгу, кібербулінгу, дискримінації та інших форм небезпечної взаємодії в мережі.
3. Забезпечувати раннє виявлення психологічних потреб здобувачів освіти (зокрема категорій ВПО, ТОТ, родин УБД та багатодітних родин) та своєчасне надання психологічної підтримки з урахуванням індивідуальних особливостей, емоційного стану, поведінкових змін та адаптаційних труднощів.
4. Здійснювати психологічну підтримку дітей та підлітків 1–3 та 6–8 класів в умовах воєнних, кризових і складних життєвих обставин, сприяти розвитку навичок подолання стресу, самодопомоги та відновлення внутрішніх ресурсів.

5. Здійснювати профілактику кризових станів і ризикованої поведінки, формувати культуру звернення по допомогу та забезпечувати професійне реагування на виявлені психологічні ризики відповідно до компетенції практичного психолога.
6. Підвищувати психологічну компетентність педагогічних працівників гімназії та батьківської спільноти з питань психологічного благополуччя дітей, підтримувальної взаємодії, раннього розпізнавання психологічних труднощів та реагування на кризові ситуації.
7. Формувати психологічну безпеку та відповідальну поведінку здобувачів освіти у цифровому середовищі, розвивати критичне сприйняття інформації та навички протидії кібербулінгу, онлайн-насильству, маніпулятивному впливу й небезпечним онлайн-контактам.
8. Побудова системної, координованої психологічної підтримки для всіх учасників освітнього процесу — на основі діагностики, індивідуального запиту, партнерства та міждисциплінарної взаємодії.

**Очікувані результати реалізації завдань:**

- збереження та покращення психічного здоров'я усіх учасників освітнього процесу, стабілізація психоемоційного стану здобувачів освіти й подолання гострих кризових станів, відновлення відчуття безпеки в онлайн-просторі;
- зниження випадків булінгу, кібербулінгу, жорстокості та конфліктів у шкільних чатах;
- покращення адаптації учнів 1 класу (а також новоприбулих дітей) до умов дистанційного навчання;
- раннє виявлення учнів з труднощами в навчанні, тривожністю, поведінковими проблемами та надання їм точкової допомоги;
- розвиток навичок саморегуляції, стресостійкості, емоційної грамотності, формування життєвих компетентностей;
- зниження ризику професійного та емоційного вигорання серед педагогів закладу;
- розвиток психологічної культури серед учасників освітнього процесу та зміцнення партнерської взаємодії «школа — родина».

## ІІІ. Змістова частина

| № п/п | Напрям діяльності з учасниками освітнього процесу закладу освіти. Види та форми роботи | Термін проведення | Цільова аудиторія | Відмітка про виконання |
|---|---|---|---|---|
| 1. | ДІАГНОСТИЧНА РОБОТА | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1.1 | Збір первинного запиту, аналіз потреб та складання соціального паспорта гімназії | Вересень | Здобувачі освіти | |
| 1.2. | Спостереження за діяльністю та поведінкою учнів під час онлайн-уроків: дослідження особливостей взаємодії в групових чатах | Вересень – травень (за запитом) | 1–3 класи | |
| 1.3. | Діагностичне вивчення стану адаптації дітей 1 класу до умов дистанційного навчання в школі. | Вересень – жовтень | 1 клас | |
| 1.4. | Спостереження та психологічний супровід учнів ВПО, дітей з ТОТ, багатодітних родин та дітей з родин УБД | Вересень – травень (за запитом) | Учні пільгових категорій | |
| 1.5. | Індивідуальна психодіагностична робота з учнями, що потребують підвищеної педагогічної уваги (з дотриманням принципів добровільності та конфіденційності.) | Протягом року/за потреби | 6-8 класи | |
| 1.6. | Психологічний супровід та оцінювання навчальної мотивації та тривожності учнів початкової школи | За потребою | 2–3 класи | |
| 1.7. | Вивчення міжособистісної взаємодії та психологічного клімату в онлайн-класі (Тест міжособистісних відносин Лірі / адаптовані онлайн-анкети) | Жовтень | 6–8 класи | |
| 1.8. | Діагностика рівня толерантності та емпатії у підлітків в умовах війни | Листопад | 7 клас | |
| 1.9. | Моніторингове дослідження з медіабезпеки та кібербулінгу (Тест «Безпечна поведінка в інтернеті») | Січень | 6–7 класи | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1.10. | Вивчення рівнів агресивності та емоційного реагування (за Ільїним) | Лютий | 6 клас | |
| 1.11. | Дослідження емоційного стану педагогів:<br><br>- Дослідження емоційного (професійного) вигорання;<br><br>- Анкета «Діагностика психологічного клімату у колективі» | <br><br><br><br>Грудень<br><br>Лютий | Педколектив | |
| 1.12. | Вивчення тривожності та надмірного рівня стресу в умовах воєнного стану (діагностика за методикою «Діти і війна») | Січень – лютий (за запитом) | За потребою (ВПО, ТОТ) | |
| 1.13. | Спостереження на онлайн-уроках з метою виявлення учнів, які потребують психолого-педагогічного супроводу | При потребі | 1–3, 6–8 класи | |
| 1.14. | Психологічний супровід педагогів, які атестуються | Впродовж атестаційного періоду | Педагоги, що атестуються | |
| 1.15. | Вивчення стилів батьківського виховання в умовах дистанційного навчання та стресу | При потребі | Батьки | |
| **2.** | **ПРОФІЛАКТИЧНА РОБОТА** | | | |
| 2.1 | Профілактичні заходи щодо збереження емоційної стійкості та профілактики вигорання вчителів (до Всесвітнього дня учителя) | Жовтень | Педагоги | |
| 2.2 | Інформаційно-просвітницькі заходи до Всесвітнього дня психічного здоров’я (10 жовтня) та Тижня психології | Жовтень | Усі учасники | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 2.3. | Проведення заняття до Дня толерантності, спрямованого на розвиток навичок емпатії, поваги та толерантного спілкування. | 16 листопада | Усі учасники освітнього процесу | |
| 2.4. | Проведення профілактичних «п’ятихвилинок» для вчителів, спрямованих на запобігання вигоранню та збереження балансу в умовах онлайн-навчання. | Листопад | Педагоги | |
| 2.5. | Проведення просвітницько-профілактичних заходів у межах акції «16 днів проти насильства», спрямованих на запобігання насильству, булінгу та формування навичок безпечної поведінки. | 25 листопада | 8 клас | |
| 2.6. | Проведення тренінгу для учнів, спрямованого на формування навичок безпечної цифрової поведінки та захисту від маніпуляцій. | Лютий | 6–8 класи | |
| 2.7. | Підготовка інформаційних повідомлень, спрямованих на дотримання інформаційної гігієни та збереження психоемоційного спокою. | Березень | Усі учасники освітнього процесу | |
| 2.8. | Проведення онлайн-заняття, спрямованого на зміцнення ментального здоров'я та гармонізацію емоційного стану школярів. | Квітень | 6–8 класи | |
| 2.9. | Проведення тренінгових занять із протидії булінгу та кібербулінгу, спрямованих на створення безпечного онлайн-простору та взаємопідтримку. | Жовтень, Травень | 6–8 класи | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 2.10. | Проведення майстер-класу для батьків і вчителів, спрямованого на підвищення компетентності щодо розвитку життєстійкості та самооцінки дітей. | Травень | Педагоги, батьки | |
| 2.11. | Проведення онлайн-тренінгу, спрямованого на засвоєння конструктивних моделей поведінки в конфліктах та збереження стосунків у чатах. | Травень | 6-8 класи | |
| 2.12 | Проведення заходів до Міжнародних та Всеукраїнських дат, спрямованих на популяризацію ментального здоров'я, прав людини та толерантності. | Протягом навчального року | Усі учасники освітнього процесу | |
| **3.** | **РОЗВИВАЛЬНА РОБОТА** | | | |
| 3.1. | Індивідуальні та групові корекційні заняття з подолання дезадаптації першокласників | Жовтень | 1 клас | |
| 3.2. | Індивідуальні заняття з дітьми «групи ризику», дітьми ВПО та тими, хто перебуває на ТОТ | При потребі | Діти ВПО, ТОТ | |
| 3.3. | Оволодіння навичками саморегуляції та подолання тривожності за програмою «Діти і війна: навчання технік зцілення» | Листопад – березень | Учні з підвищеним рівнем тривожності | |
| 3.4. | Групові розвивальні заняття з дітьми, що виявляють труднощі у саморегуляції та поведінці | Березень – квітень | 1–3 класи | |
| 3.5. | Розвивальні заняття на розвиток самооцінки, самопізнання та впевненості у собі | Березень – квітень | 6–8 класи | |
| **4.** | **КОНСУЛЬТУВАННЯ** | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 4.1. | Консультування батьків та педагогічних працівників з питань виховання, навчання та розвитку дітей | У міру надходження запитів | Батьки, педагоги | |
| 4.2. | Індивідуальні та групові онлайн-консультації учнів (за запитом) | Протягом року | Усі учасники освітнього процесу | |
| 4.3. | Консультація для батьків «Виховуємо щасливу дитину: поради психолога щодо підтримки в умовах війни» | Листопад | Батьки | |
| 4.4. | Консультація «Що ти знаєш про насильство та кібербулінг? Як захистити свої межі» | Листопад | Усі учасники освітнього процесу | |
| 4.5. | Консультації з сім’ями ВПО, родинами УБД та постраждалими від війни | За запитом | Учні та батьки ВПО/УБД | |
| 4.6. | Година спілкування / консультація для педагогів «Булінг та кібербулінг: виклики та алгоритм реагування» | Жовтень, Березень | Педагоги, батьки | |
| 4.7. | Консультація для учасників освітнього процесу «Не мовчи про насильство» | Березень | Усі учасники освітнього процесу | |
| 4.8. | Консультація для батьків «Стресостійкість під час війни: як зберегти ресурс родини» | Квітень | Батьки | |
| 4.9. | Консультації з педагогами щодо забезпечення наступності між початковою та середньою ланкою (перехід 3-го класу до 4-го/початкової школи) | Травень | Педагоги початкових класів | |
| 4.10. | Інформаційна консультація «Людиноцентрична комунікація та безбар'єрність в умовах війни» | Травень | Педагоги, батьки | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **5.** | **ПСИХОЛОГІЧНА ПРОСВІТА** | | | |
| 5.1. | Психологічна просвіта учасників освітнього процесу через електронні ресурси (Viber, сайт гімназії, Google Classroom) з питань нормалізації стану, запобігання булінгу та розвитку резильєнтності | Вересень – травень | Батьки, педагоги, учні | |
| 5.2. | Просвітницьке заняття з безпеки та особистих меж «Навчіть дитину захищатись: Ні означає Ні» | Жовтень | 6 клас | |
| 5.3. | Психологічний онлайн-семінар / бесіда «Відкритий діалог про ментальне здоров'я» | Жовтень | 6–8 класи | |
| 5.4. | Інформаційне повідомлення «Як розпізнати емоційне виснаження та тривожність у дитини» | Листопад | Усі учасники освітнього процесу | |
| 5.5. | Інформаційне повідомлення для електронних куточків психолога:<br><br>– Права та обов'язки учасників освітнього процесу щодо протидії булінгу;<br><br>– Як ефективно організувати свій день під час онлайн-навчання;<br><br>– Світ без насильства починається з мене | <br><br>Жовтень<br><br>Листопад<br><br>Грудень | Усі учасники освітнього процесу Педагоги | |
| 5.6. | Публікація порад для вчителів «Як педагогам позбутися стресу та відновлювати ресурс» | Грудень | Педагоги | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 5.7. | Рекомендації для педагогічного колективу «Вирішення конфліктних ситуацій та підтримка командного духу» | Лютий | Педагоги | |
| 5.8. | Онлайн-експрес «Твій емоційний навігатор: Як ти почуваєшся сьогодні?» | Квітень | Усі учасники освітнього процесу | |
| 5.9. | Пам'ятка для педагогічних працівників з питань атестації та психологічного самоналаштування | Січень | Педагоги, що атестуються | |
| 5.10. | Психологічна просвіта «Методи та способи підвищення навчальної мотивації учнів на онлайн-уроках» | Квітень | Педагоги | |
| 5.11. | Участь у тематичних та групових батьківських зборах в онлайн-форматі | Вересень – травень | Батьки | |
| 5.12. | Виступи на засіданнях педагогічних рад гімназії | Вересень – травень | Педагоги | |
| **6.** | **ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА РОБОТА** | | | |
| 6.1. | Планування роботи на новий 2026–2027 навчальний рік; погодження та затвердження плану | Вересень | — | |
| 6.2. | Підготовка та адаптація банку психодіагностичного інструментарію під Google Forms та Zoom-формат | Вересень – травень | — | |
| 6.3. | Оновлення електронної бібліотеки та методичних матеріалів психологічної служби | Вересень – травень | — | |
| 6.4. | Оформлення та систематичне оновлення інформаційного онлайн-куточка психолога на сайті гімназії | Вересень – травень | — | |
| 6.5. | Самоосвіта, опрацювання нормативно-правової бази, | Вересень – травень | — | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | фахової літератури та матеріалів з психотравми і воєнного стресу | | | |
| 6.6. | Оформлення щоденної ділової документації, обробка результатів онлайн-діагностики | Вересень – травень | — | |
| 6.7. | Підготовка до проведення діагностичних досліджень, розвивальних та просвітницьких онлайн-заходів | Вересень – травень | — | |
| 6.8. | Підвищення професійного рівня через курси підвищення кваліфікації, вебінари та EdTech-платформи | Протягом року | — | |
| 6.9. | Участь у методичних об'єднаннях, навчально-методичних семінарах практичних психологів | Вересень – травень | — | |
| 6.10. | Участь у засіданнях Команди психолого-педагогічного супроводу дітей з ООП (за наявності), інтервізійних та супервізійних групах | Вересень – травень | — | |
| 6.11. | Складання піврічного та річного аналітичних звітів про виконану роботу | Грудень, травень | — | |

Практичний психолог: Любов Назінкіна