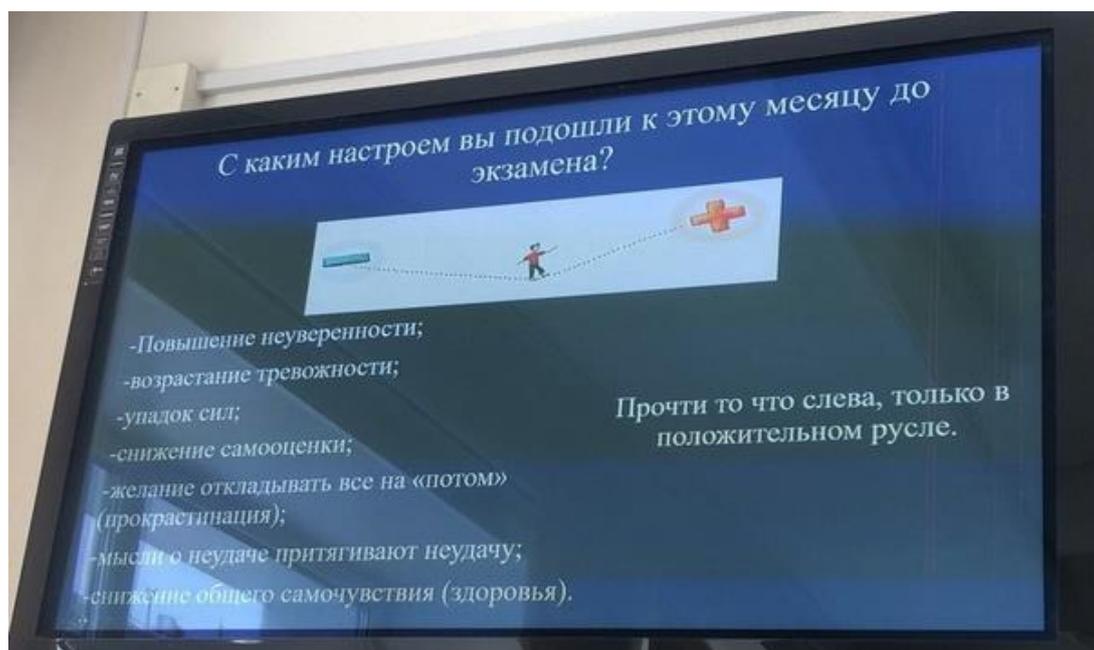


1. В рамках акции «Дни единого образовательного пространства ЕГЭ в Югре в 2024 году» с обучающимися 11-х классов были проведены занятия по психологической подготовке к экзаменам. Под руководством педагога-психолога Власовой Оксаны Станиславовны ребята смогли просчитать уровень своей стрессоустойчивости, мысленно прожить свой экзаменационный день и понять, чего точно не стоит бояться.

Активное участие в психологических упражнениях помогло определить уровень развития своей двигательной памяти, соизмерить свое отношение к предстоящему событию.

Рисунок «Я и ЕГЭ» помог разобраться в вопросе позитивного и негативного мышления и его роли в психологическом настрое.

Комплекс «Гимнастика для ума» М. Норбекова, с которым теперь знакомы ребята, обязательно и взбодрит, и успокоит в минуты естественного волнения.



2. У учащихся 11а класса была возможность поговорить с выпускницей лицея, студенткой СурГПУ по специальности «Физико-математическое образование» Хомяковой Ангелиной, успешно сдавшей экзамены в 2022 году. Ангелина рассказала о подготовке к ЕГЭ на максимальный балл, о волнительном получении результатов, напомнив о том, насколько важно вовремя готовиться к сдаче экзаменов, ответила на вопросы учащихся, а также сделала акцент на психологическом настрое на экзамен, на правильном распределении времени при выполнении заданий КИМ.

Такие встречи всегда вдохновляют выпускников, которым только предстоит пройти этот важный этап! Мероприятие проводилось в рамках акции «Дни единого образовательного пространства ЕГЭ в Югре в 2024 году».

