

# Презентация по теме «Психологическая подготовка к экзаменам»

Выполнено ученицей 10 «Б»  
класса  
Бакалдиной Варварой

# Цель и задачи.

**Цель:** разработка и апробация системы психологической подготовки к экзаменам через психологическое сопровождение учащихся, педагогов и родителей.

## **Задачи исследования:**

- Изучить литературу по теме исследования.
- Провести анкетирование среди подростков на тревожность и провести анализ полученных результатов.
- Рассказать о том, насколько важна психологическая подготовка.

**Предмет исследования:** психологическое состояние учащихся выпускных классов.

**Объект исследования:** учащиеся 9-х и 11-х классов.

**Гипотеза:** психологические навыки сдачи экзаменов, полученные в ходе реализации проекта, повысят эффективность подготовки к ОГЭ и ЕГЭ учащихся 9-х и 11-х классов.

**Актуальность:** Исследование психических состояний тревожности человека является актуальной проблемой психологической науки. В сложившихся за последние десятилетия социально-экономических условиях в нашей стране, в системе образования происходят большие изменения. Одним из таких изменений является введение Единого Государственного Экзамена (ЕГЭ). В этой связи все более актуальным становится изучение влияния сдачи экзаменов на тревожность учеников. Нововведения в системе общеобразовательных учреждений предъявляют высокие требования к подготовке к экзаменам, к процедуре прохождения экзаменов. Вышеперечисленные обстоятельства позволяют отнести изучение влияния сдачи экзаменов на тревожность учеников к актуальной проблеме современной практической психологии.

# Ожидаемые результаты

- Снижение высокого уровня тревожности у учащихся выпускных классов.
- Стабилизация эмоционального фона (показатели экспресс-диагностики САН - хорошо, норма, выше нормы).
- Повышение стрессоустойчивости у учащихся 9-х и 11-х классов.
- Обеспечение учащихся знаниями о своих психологических особенностях и умениями эффективно организовывать свою учебную деятельность.
- Приобретение психолого-педагогических знаний и навыков, которые помогли бы педагогам в работе с учащимися, имеющими трудности обучения.
- Формирование знаний у родителей о способах психологической поддержки детей в период подготовки и сдачи экзаменов.