



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
Ясенецкая средняя общеобразовательная школа

*Психологическое занятие с  
элементами тренинга:  
«Формула успеха при подготовке и  
сдаче ГИА И ЕГЭ»  
(для обучающихся и педагогов).*

Работу выполнила:  
Педагог-психолог  
Инюшкина Екатерина Вячеславовна

2012 г.





**Продолжите высказывание  
«Для меня ГИА и ЕГЭ это...»,  
«Для моих учеников ГИА и ЕГЭ это...»**



**«В проведении ГИА и ЕГЭ мне нравится...».**

**«В проведении ГИА и ЕГЭ меня огорчает...».**



**В готовности к сдаче экзамена в форме ГИА могут  
быть выделены следующие составляющие:**

---

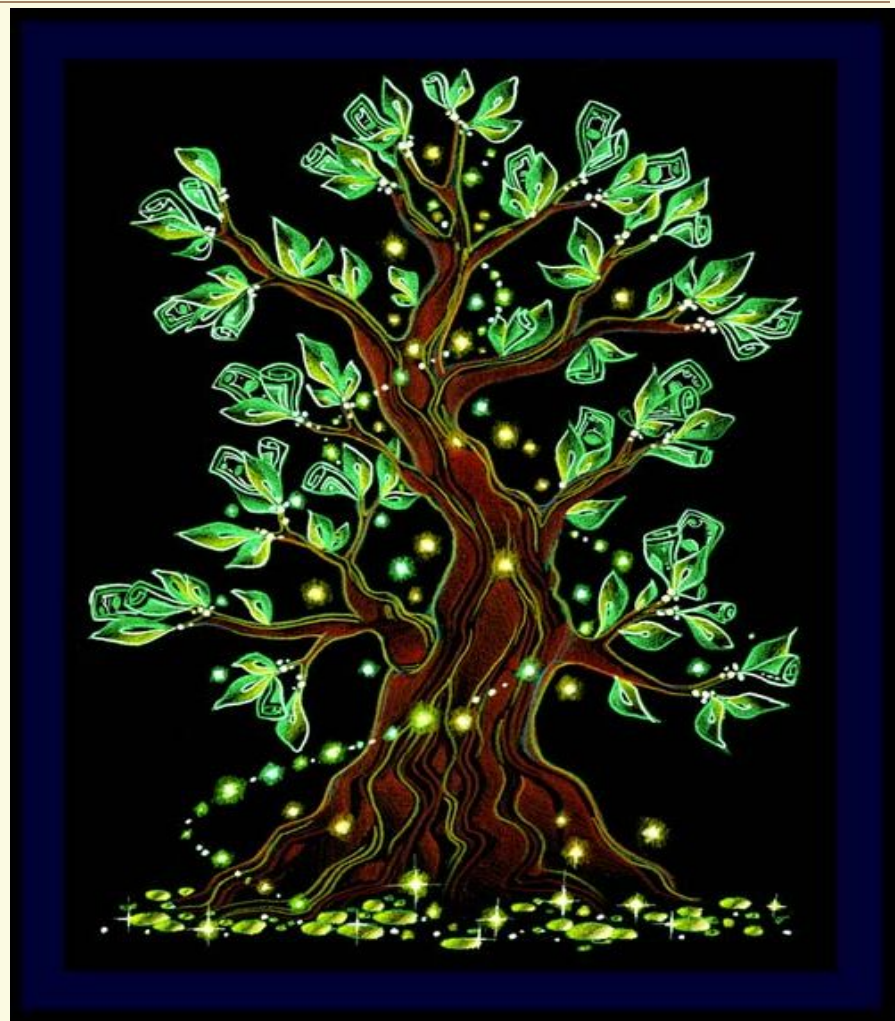
- ***информационная готовность*** (информированность о правилах поведения на экзамене, информированность о правилах заполнения бланков и т.д.);
- ***предметная готовность*** или содержательная (готовность по определенному предмету, умение решать тестовые задания);
- ***психологическая готовность*** (состояние готовности – "настрой", внутренняя настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена).



# Упражнение «Дерево жизни»

Равноценные ветви:

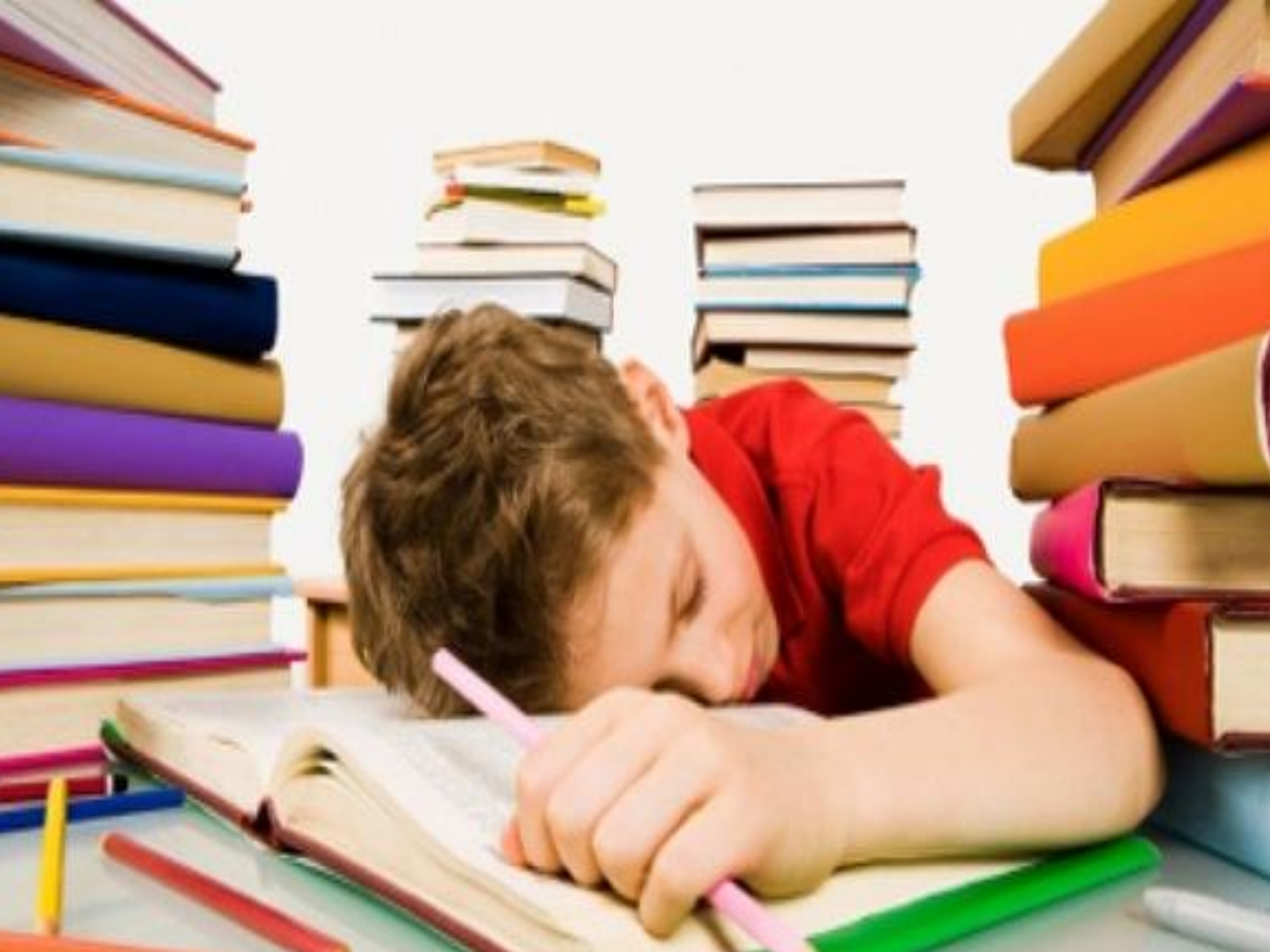
- *я могу,*
- *я хочу,*
- *я должен.*



# Мини - лекция «Формула успеха»:



$$\int_{T_0}^{T_1} D + V + F$$







**КТО ТЫ?**























C H A C W E O

S A

B H N A W E

|||  
|||