

Психологическая подготовка к ЕГЭ и ОГЭ



??????

МЫ ПОМОЖЕМ ТЕБЕ

Цель программы – создание условий для развития навыков саморегуляции и самоорганизации в контексте подготовки к экзаменам.

Содержание программы

Психолого-педагогические занятия с элементами тренинга:

- групповая дискуссия,
- разбор конкретных ситуаций на экзаменах,
- отработка умений и навыков в специальных упражнениях (игры-имитации),
- групповое обсуждение,
- информирование,
- психогимнастика (таблица Шульте, шифровки),
- «мозговой штурм»,
- освоение техник саморегуляции и самоподдержки в специальных упражнениях («Прощай напряжение», «Дыхательная релаксация», «Мышечная релаксация»).

Форма обучения: очная, обучение в группе.

Объем программы: 33 часа.

По окончании обучения слушатели получают сертификат установленного образца.

Запись на программу

lpifdo@sfu-kras.ru

г. Лесосибирск, ул. Победы, 42.

8(39145) 6-13-06