

Протокол № 3
Проведения занятия по подготовке к ОГЭ по теме:
«Способы снятия нервно-психического напряжения»

Дата проведения: 24.02. 2022 г.

Место проведения: МБОУ ООШ № 14

Респонденты: учащиеся 9 класса.

Количество: 7 человек,

С учащимися 9 класса проведено занятие № 3 по подготовке к ОГЭ по теме: «Способы снятия нервно-психического напряжения»

В ходе занятия проведено:

1. Упражнение «Привет и комплимент в подарок»»

Цель: развитие коммуникативных умений, воображения, групповой сплоченности, сотрудничества.

2. Упражнение «Дорисуй и передай»

Цель: снятие психофизического напряжения, сплочение группы.

3. Упражнение «Список черт»

Цель: помочь выпускникам поверить в свои силы, глубже узнать себя, исправить те черты характера, которые мешают плодотворной деятельности.

4. Тест «Мое самочувствие»

Цель: дать возможность поразмышлять над собой, своими привычками, индивидуальными особенностями.

5. Мини-лекция «Способы снятия нервно-психического напряжения»

Цель: познакомить с понятием саморегуляции и предложить эффективные способы снятия нервно-психического напряжения.

Педагог – психолог  Лисина О.И.

Приложение к протоколу № 3
проведения занятия
от 24.02.2022 г.

**Лист ознакомления обучающихся 9 класса МБОУ ООШ №14
муниципального образования Крымский район**

С учащимися 9 класса проведено занятие № 3 по подготовке к ОГЭ по теме «Способы снятия нервно-психического напряжения» согласно плану работы.

Цель: познакомить выпускников с понятием саморегуляции и предложить эффективные способы снятия нервно-психического напряжения.

№	Ф.И. учащегося	Дата	Ознакомлены
1.	Балаба Ирина	24.02.2022	
2.	Владыченков Дмитрий	24.02.2022	
3.	Горина Софья	24.02.2022	
4.	Кондратенко Антон	24.02.2022	
5.	Корпачева Елена	24.02.22	
6.	Полупан Ирина	24.02.22	Полупан.
7.	Сигаи Василий	24.02.2022	
8.	Харалампиду Анна	24.02.22	
9.	Хнырев Николай	24.02.22	
10.	Щербенко Константин	24.02.22	

Педагог-психолог

Лисина О.И.