

Протокол № 6
Проведения занятия по подготовке к ОГЭ по теме:
«Как управлять своими эмоциями»

Дата проведения: 14.05. 2022 г.

Место проведения: МБОУ ООШ № 14

Респонденты: учащиеся 9 класса.

Количество: 11 человек,

С учащимися 9 класса проведено занятие № 6 по подготовке к ОГЭ по теме:
«Как управлять своими эмоциями»

В ходе занятия проведено:

1. Мини-лекция «Как управлять своими эмоциями»

Цель: научить управлять эмоциями

2. Упражнение «Декларация моей самооценности»

Цель: повышение самооценки, возможность поверить в свои силы.

3. Упражнение «Ассоциации»

Цель: настрой на тему, возможность поделиться своими чувствами по поводу экзамена.

Инструкция: «Ассоциации - это первое, что приходит в голову, когда вы слышите какое-то слово. Придумайте ассоциации на слово «экзамен».

Постарайтесь не задумываться подолгу, говорите первое, что приходит в голову».

Ведущий: « На протяжении всех занятий вводятся правила, сформулированные в форме слогана. Правила записываются в тетрадь на отдельной странице».

4. Упражнение . «Хвастунишка» (по кругу с мячом).

Цель: снятие напряжения после занятия, создание позитивного настроения.

Инструкция: «Сейчас мы с вами будем хвастаться: «Я самый..., я лучше всех».

Педагог – психолог  Лисина О.И.

Приложение к протоколу № 6
проведения занятия
от 14.05.2022 г.

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

С учащимися 9 класса проведено занятие № 5 по подготовке к ОГЭ по теме
«Как управлять своими эмоциями».

Цель: помочь обдумать свои чувства и научиться их обсуждать с другими, выявить
предрасположенность к различным типам негативного поведения, снятие эмоционального
напряжения, подъем настроения.

№	Ф.И. учащегося	Дата	Ознакомлены
1.	Балаба Ирина	14.05.2022	
2.	Владыченков Дмитрий	14.05.2022	
3.	Горина Софья	14.05.22	Всё -
4.	Кондратенко Антон	14.05.22	
5.	Корпачева Елена	14.05	Корпачева
6.	Полупан Ирина	14.05.22.	Полупан.
7.	Сигай Василий	14.05.22.	
8.	Харалампиду Анна	14.05	
9.	Хнырев Николай	14.05	Хнырев
10.	Щербенко Константин	14.05	
11.	Кутовая Арина	19.04	

Педагог-психолог

Лисина О.И.