Занятие по психологической подготовке к экзаменам (ОГЭ, ЕГЭ) для обучающихся 9-11кл.

**Цели:** развитие психологической устойчивости к предстоящему экзамену (ОГЭ, ЕГЭ).

**Задачи:** содействовать уменьшению уровня тревожности с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции, активизации познавательных процессов, повышению уверенности в своих силах.



