



04.03.2025 ж мектеп психологы Семья М. 9-А сынып оқушыларымен ББЖМ тестіне дайындық барысында психологиялық тұрғыдан қолдау көрсету мақсатында бірнеше маңызды жаттығулар өткізілді. Бұл жаттығулар оқушылардың психологиялық жағдайын жақсарту, стрессті басқару және тестке деген сенімділігін арттыруға бағытталды. Жаттығулар барысында оқушылар өздерінің эмоциялық күйін бақылауды үйреніп, тестке деген үрей мен қысымды жеңуге көмектесетін техникаларды меңгерді. Сондай-ақ, әр оқушының өзін-өзі бағалауы мен мотивациясы артты, олар өз күштеріне сеніп, сын сағатта жақсы нәтижелер көрсетуге дайын болды. Жаттығулардың нәтижесінде оқушылардың психологиялық жағдайы тұрақталып, тестке дайындық кезеңінде оң нәтижелерге қол жеткізу үшін қажетті құралдармен қамтамасыз етілді.