



## Психологическое сопровождение школьников-участников олимпиад

Любая олимпиада, конкурс или соревнование – это особый и ответственный этап в жизни школьников.



### ЧТО ДАЕТ УЧАСТИЕ В ОЛИМПИАДАХ:

- ✓ Возможность показать и проявить себя
- ✓ Новый опыт и знания
- ✓ Обмен опытом с другими участниками

### В СЛУЧАЕ ПОБЕДЫ:

- ✓ Заявить о себе
- ✓ Получить моральное или материальное вознаграждение
- ✓ Возможность отправиться в путешествие

В ходе подготовки и участия в конкурсах олимпиадах школьники сталкиваются с некоторыми психологическими барьерами

### 3 ГРУППЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ:

#### 1. Личностные особенности.

Обучающийся может отлично ориентироваться в той или иной области, становится совершенно неспособным продемонстрировать в ходе олимпиады свои знания.

#### 2. Эмоциональные реакции.

Участие в олимпиадах – стрессовая ситуация. Эмоциональные переживания у детей и подростков, как правило, более сильные и длительные, нежели у взрослых.

#### 3. Физические особенности.

Стресс по сути физиологическая реакция организма, т.к. происходит эмоционально-физическая перегрузка. При этом поведенческие проявления: гипервозбудимость, повышенный аппетит или апатия, физическое недомогания (*сонливость, головные боли, тошнота*)

