

# Научная работа по физической культуре Физические упражнения как метод борьбы с предэкзаменационным стрессом

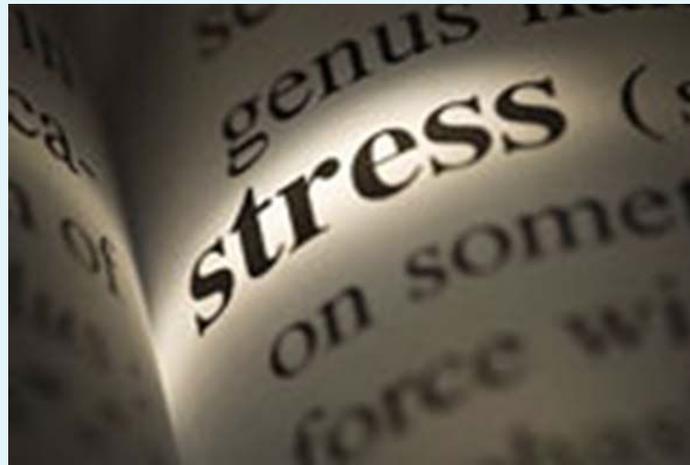
Подготовили:  
Абдрахманов Р.  
Патрушева Н.  
Руководитель:  
Мачтакова Н.И.



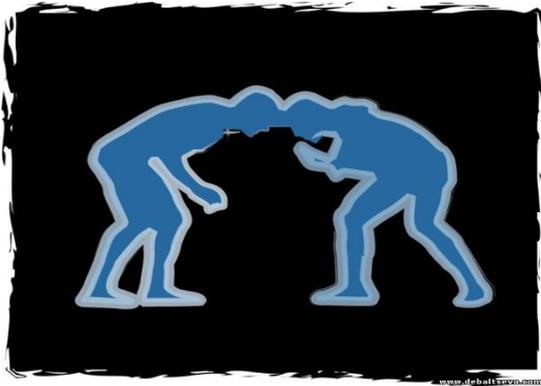




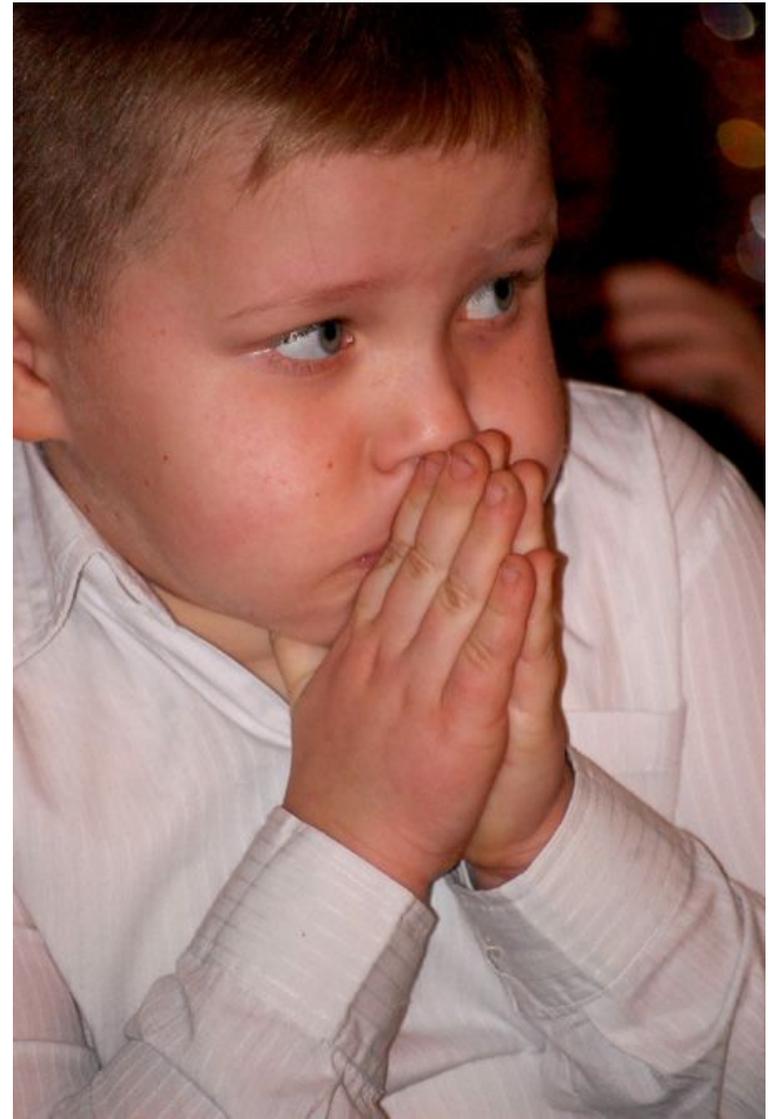
**Актуальность** выбранной темы не вызывает сомнений. Ведь стресс у выпускников это их главный враг. Поборов стресс, можно не боясь заявить, что дело завершено на 50 процентов.



# Цель работы



**Целью** данной работы является накопление хорошей теоретической базы данных, анализ разработанной нами системы по борьбе с волнением.



# Задачи

- ✓ Помочь будущим выпускникам преодолеть один из самых трудных этапов в жизни.
- ✓ Проанализировать имеющуюся теоретическую базу.
- ✓ Создание оптимальной системы подготовки к экзаменам.
- ✓ Использование разработанной программы в работе современной школы.

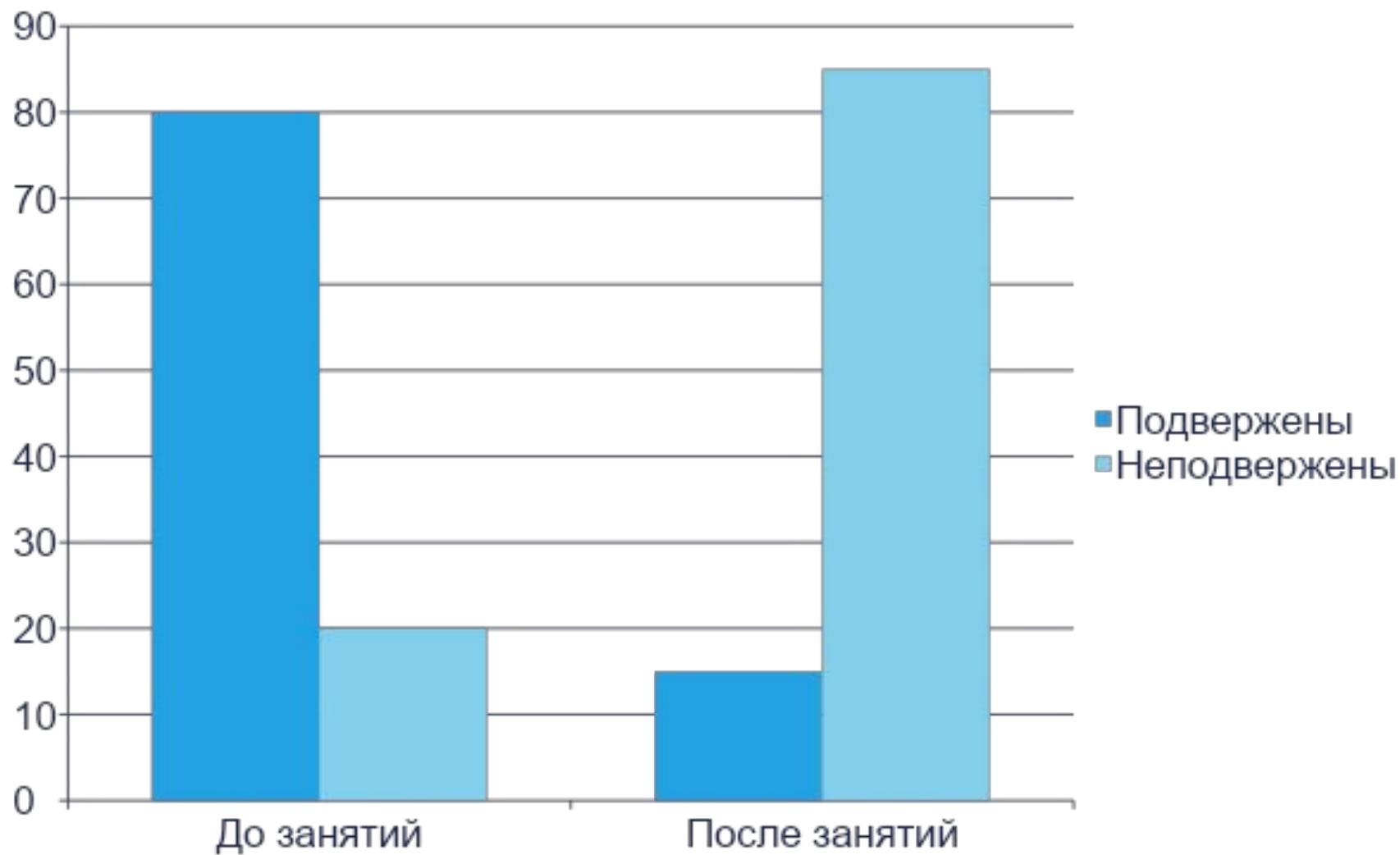


# Опрос

Не  
подвержены 20  
%







# Спасибо за внимание!

