

## Уважаемые родители!

**Знайте!**

1. Родители не могут **ВМЕСТО** ребёнка сдать экзамены, но они могут быть **ВМЕСТЕ** с ребёнком во время его подготовки к экзамену.
2. Перед экзаменом дайте возможность выпускнику успокоиться, отдохнуть, пораньше лечь спать.
3. Вовремя пробудите сына или дочь. Постарайтесь, чтобы он (она) обязательно приняли хотя бы лёгкий завтрак.
4. Своевременно провожая сына или дочь на экзамен, проверьте, пожалуйста, наличие у них необходимых документов.
5. В период проведения экзамена запрещается иметь мобильные телефоны иные гаджеты связи.



**Вместо стресса  
УСПЕХ!!!**



## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ И УЧАЩИЕСЯ 9-ЫХ КЛАССОВ!

Не за горами сдача выпускных экзаменов, с учащимися было проведено комплексное диагностическое обследование и проведен трехдневный тренинг. Но этого мало тем учащимся, кто попал по результатам диагностики в «группу риска». С данными учащимися будут проводиться онлайн-конференции 1 раз в неделю через ZOOM с педагогом-психологом. Данная форма консультирования будет групповая.

Расписание: **среда, начиная с 29 апреля 2020 года в 14.00 – 15.00.**

Поэтому Вашим девятиклассникам необходимо скачать данную программу на телефон или компьютер. И в данное время выходить на консультацию и тренинговые упражнения.

Для этого Вашим классным руководителям необходимо отправить мне телефоны учащихся, которым необходимы мои консультации и занятия. Я создам группу в вайбере: «9 классы – работа с психологом». Каждый вторник буду скидывать в данную

группу ссылку на предстоящую конференцию, и дети будут заниматься со мной.



## **УВАЖАЕМЫЕ УЧАЩИЕСЯ 11 «А» КЛАССА И ИХ РОДИТЕЛИ!**

**Предлагаю для вас индивидуальные онлайн-консультации по вашему желанию через программу ZOOM, как успешно подготовиться к предстоящим экзаменам и снять тревожность, повысить уверенность в себе, а также развивать свои познавательные процессы и регулятивные функции.**

**Для того чтобы психолог провела с вами индивидуальную консультацию, Вы звоните мне по телефону или скидываете сообщение в вайбере: телефон: 89832489818. Я вас записываю на удобное для Вас и меня время. Данные консультации будут проходить с 21 апреля по 30 мая 2020 года.**