

Дистанционная работа педагога – психолога

1. Телефон для связи **89824129683**, WatsApp, почта **rybtsevakate@mail.ru**.
2. Индивидуальное и групповое консультирование WatsApp., VK, Viber
3. Индивидуальные коррекционно — развивающие занятия WatsApp., VK, Viber.
4. Методическая работа: он-лайн семинары, конференции, вебинары.

Рекомендации психолога родителям, учащимся, учителям.	
Тематика	Ссылка
Учащимся	
Рекомендации психолога для подростков, испытывающих беспокойство из-за коронавируса и родителям детей, временно находящимся на дистанционном обучении.	https://офппт.рф/рекомендации-психолога-для-подростк
Развивающие занятия для детей ОВЗ	https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/06/korreksionno_-_razvivayushchee_zanyatie_1.pdf https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/08/zanyatie_2_1.pdf https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/15/zanyatie_3_1.pdf
Курсы по развитию памяти для школьников.	https://welcome.umnazia.ru/memory
Видеоуроки: Экзамен без стресса 1.	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videouroki-ekzamen-bez-stressa/
Видеоуроки: Экзамен без стресса 2.	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videouroki-ekzamen-bez-stressa-chast-2-tekhniki-ponizheniya-stressa/
Эбру - рисование на воде	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videouroki-eburu-risovanie-na-vode/
Развитие логического мышления, памяти сайт «Айкьюша»	https://iqsha.ru/
Стоп панические атаки	https://panicheskie-ataki.com/video/pomoshch.html
Правила запоминания	https://nsportal.ru/user/834257/page/materialy-dlya-uchashchih-sya
Упражнения для саморегуляции	https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/10/uprazhneniya._razvitie_samokontrolya.p

	df
Развитие логического мышления (до 12 лет)	https://logiclike.com/cabinet#/course/logic
Видеурок. Упражнения на саморегуляцию эмоциональных состояний.	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-uprazhnenie-apelsin/
Видеурок «Упражнения для энергичного дня»	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-detskiy-fitness-uprazhnenie-trete/
Сетевая агрессия в подростковой среде: как защититься от кибербуллинга	https://пастимдетей.рф/articles/setevaya-agressiya-v-podrostkovoy-srede-kak-zashchititsya
Видеурок. Упражнение «Морская звезда»	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-uprazhnenie-morskaya-zvezda/
Видеурок. Упражнение «Ласковый мелок»	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-uprazhnenie-laskovyy-melok/
<u>ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ</u> <u>«С КАКИМИ ВОПРОСАМИ МОЖЕШЬ ОБРАТИТЬСЯ ТЫ»</u>	https://telefon-doveria.ru/teenagers/
Родителям	
Как помочь ребёнку справиться со стрессом из-за коронавируса. Рекомендации ВОЗ.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15581235647715239406&parent-reqid=1585991092465859-400533050542847723700145-vla1-4581&path=wizard&text=рекомендации+учителям+от+психологов+во+время+коронавируса
Академия родителей для детей с ОВЗ	http://akademroditel.ru/links/fr_rod02.html
Портал «Я - родитель» Получить бесплатно консультацию психолога и юриста. Полезная информация — статьи, видео, инфографика .	https://www.ya-roditel.ru/
Для занятий родителей с детьми ОВЗ интерактивный тренажер для повышения ментальных способностей и развития памяти, внимательности и скорости обработки информации.	http://www.neuronation.ru/
Советы психолога для родителей подростков, оказавшихся дома во время карантина из-за коронавируса1	http://t800083.sch.obrazovanie33.ru/news/17062-koronavirus-rekomendatsii-psikhologa/
Как родителю помочь	https://www.rospsy.ru/sites/default/files/

ребенку справиться с возможным стрессом при временном нахождении дома: советы детского психолога	files/Как%20родителю%20помочь%20ребенку%20справиться%20с%20возможным%20стрессом%20при%20временном%20нахождении%20дома%20советы%20детского%20психолога.pdf
Видео материал для родителей и учителей " Советы родителям по организации онлайн-обучения детей ".	https://do.gymnasium-nur.ru/mod/videolecture/view.php?id=107
Вебинар для родителей «Учеба дома: как оказать ребенку помощь»	https://www.rospsy.ru/node/416
«Как родителям справиться с подростком на самоизоляции»	https://telefon-doveria.ru/kak-roditelyam-spravit-sya-s-podrostkom-na-samoizolyatsii/
Рекомендации для выпускников и родителей	https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/10rekomentatsii_dlya_roditel_y_i_vypusknikov_ekzameny.pdf
Видеоурок «Детские страхи: как помочь ребенку с помощью арт-терапии»	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-detskie-strakhi-kak-pomoch-rebenku-s-pomoshchyu-art-terapii/
Тест он лайн «Разбираетесь ли вы в психологии подростков»	https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/19005/razbiraetes-li-vy-v-psikhologii-podrostkov
Рекомендации педагога-психолога по преодолению трудной жизненной ситуации	https://nsportal.ru/user/834257/page/rekomendatsii-dlya-uchiteley
Видеоурок: Как обсуждать с ребенком происходящие в мире трагедии и катастрофы	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videouroki-kak-obsuzhdad-s-rebenkom-tragicheskie-sobytiya/
Видеоурок: Как улучшить концентрацию внимания у школьника? Упражнения из «Гимнастики мозга» Пола Деннисона и игры, направленные на развитие внимания.	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-kak-uluchshit-kontsentratsiyu-vnimaniya-u-shkolnika-uprazhneniya-iz-gimnastiki-mozga-pola/
Как помочь ребёнку преодолеть боязнь ошибки?	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/vospitanie/kak-pomoch-rebyenku-preodolet-boyazn-oshibki/ https://docviewer.yandex.ru/view/
Памятка для родителей по безопасности несовершеннолетних в сети интернет	https://nsportal.ru/shkola/rabota-s-roditelyami/library/2020/04/13/rekomendatsii-dlya-roditel_y

Подростки отделяются от родителей: как помочь им и себе?	https://пастимдетей.пф/articles/podrostki-otdelyayutsya-ot-roditelej-kak-pomoch-im-i-sebe
Подростковая депрессия: как распознать, куда обратиться	https://пастимдетей.пф/articles/podrostkovaya-depressiya-kak-raspoznat-kuda-obratitsya
Как говорить с ребенком об эпидемии коронавируса	https://пастимдетей.пф/articles/kak-govorit-s-rebenkom-ob-epidemii-koronavirusa
Тест он лайн «ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЙ ТЕСТ»	https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/21222/proforientatsionnyy-test/
Психолог о карантине «Совместный опыт преодоления трудностей сближает»	https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/lyudmila-petranovskaya-o-karantine-sovmestnyy-opyt-preodoleniya-trudnostey-sblizhaet/
Терапевтические сказки для детей	http://www.detiseti.ru/modules/myarticles/topic/16/
Тест он лайн «Подбираем отдых ребенку в зависимости от темперамента»	https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/21581/podbiraem-otdykh-rebenku-v-zavisimosti-ot-temperamenta/

«Группы смерти» и другие опасные сообщества: что могут сделать взрослые	https://пастимдетей.пф/articles/gruppy-smerti-i-drugie-opasnye-soobshchestva
Видеоурок: Учимся общаться с подростком. Из тренинга для родителей «Трудный, но самый любимый»	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-uchimsya-obshchatsya-s-podrostkom-iz-treninga-dlya-roditeley-trudnyy-no-samy-lyubimyy/
Антисценарий в поведении подростка: когда ребенок все делает наперекор	https://пастимдетей.пф/articles/antiscenariy-v-povedenii-podrostka
Делинквентное поведение: что толкает подростка на противоправные поступки	https://пастимдетей.пф/articles/chto-tolkaet-podrostka-na-protivopravnye-postupki
Как помочь ребенку справиться с одиночеством	https://пастимдетей.пф/articles/kak-pomoch-rebenku-spravitsya-s-odinochestvom
Как развивать у ребенка умение справляться с трудностями	https://пастимдетей.пф/articles/kak-razvivat-u-rebenka-umenie-spravlyatsya-s-trudnostyami
Как родителю помочь себе в ситуации эмоционального выгорания	https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/kak-roditelyu-pomoch-sebe-v-situatsii-emotsionalnogo-vygoraniya/
Видеоурок. Если ребенок отказывается делать уроки	https://www.ya-roditel.ru/media/gallery/lessons/videourok-esli-rebenok-otkazyvaetsya-delat-uroki-2/
Почему у школьников возникает учебный стресс и как можно его снизить	https://пастимдетей.пф/articles/pochemu-u-shkolnikov-voznikaet-uchebnyy-stress
Учителям	
Рекомендации для педагогов по взаимодействию с учениками в период эпидемии коронавируса	https://yandex.ru/images/search?text=Рекомендации%20для%20педагогов%20по%20взаимодействию%20с%20учениками%20в%20период%20эпидемии%20коронавируса&stype=image&lr=11180&source=wiz
Видео материал " Советы родителям по организации онлайн-обучения детей ".	https://do.gymnasium-nur.ru/mod/videolecture/view.php?id=107