

Дистанционная работа педагога-психолога

МБОУ «Ручьёвская школа»

Мартынюк В.Ф.

1. Телефон для связи +79787600481, WhatsApp, почта vera.kobz@mail.ru
2. Индивидуальное и групповые консультирования по телефону
3. Индивидуальные коррекционно — развивающие занятия WhatsApp, VK, Viber.
4. Методическая работа: он-лайн семинары, конференции, вебинары.

Рекомендации психолога родителям, учащимся, учителям.	
Рекомендации психолога для подростков, испытывающих беспокойство из-за коронавируса и родителям детей, временно находящимся на дистанционном обучении.	Советы психолога.
Развивающие занятия для детей ОВЗ	Занятие 1.
	Занятие 3.
Курсы по развитию памяти для школьников.	Память.
Видеоуроки: Экзамен без стресса 1.	Экзамен без стресса 1
Видеоуроки: Экзамен без стресса 2.	Экзамен без стресса 2
Эбру - рисование на воде	Рисование на воде.
Развитие логического мышления, памяти сайт «Айкьюша»	https://iqsha.ru
Стоп панические атаки	https://panicheskie-ataki.com
Правила запоминания	https://13-школа.пф/index.php/aprbpb/200-uprazhneniya-dlya-zapominaniya-materiala
Упражнения для саморегуляции	https://nsportal.ru/sites/default/files/2020/04/10/uprazhneniya._razvitie_samokontrolya.pdf
Развитие логического мышления (до 12 лет)	https://logiclike.com/cabinet#/course/logic
Видеоурок. Как снять напряжение: техники эмоционального и физического расслабления.	Техники.
Видеоурок «Упражнения для энергичного дня»	Детский фитнес. Упражнение.
Сетевая агрессия в подростковой среде: как защититься от кибербуллинга	https://пастимдетей.пф/articles/setevaya-agressiya-v-podrostkovoy-srede-kak-zashchititsya
Видеоурок. Упражнение «Морская звезда»	Детская расслабляющая гимнастика.
Видеоурок. Упражнение «Ласковый мелок»	Детская гимнастика

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ «С КАКИМИ ВОПРОСАМИ МОЖЕШЬ ОБРАТИТЬСЯ ТЫ»	https://telefon-doveria.ru/teenagers/
Родителям	
Как помочь ребенку справиться со стрессом из-за коронавируса.	Рекомендации ВОЗ
Академия родителей для детей с ОВЗ	Сайты для родителей.
Портал «Я- родитель» Получить бесплатно консультацию психолога и юриста.	Полезная информация родителям.
Для занятий родителей с детьми ОВЗ интерактивный тренажер для повышения ментальных способностей и развития памяти, внимательности и скорости обработки информации.	https://sp.neuronation.com/ru/
Советы психолога для родителей подростков, оказавшихся дома во время карантина из- за коронавируса.	http://t800083.sch.obrazovanie33.ru/news/17062-koronavirus-rekomendatsii-psikhologa/
Как родителю помочь ребенку справиться с возможным стрессом при временном нахождении дома: советы детского психолога.	https://www.rospsy.ru/sites/default/files/files/Как%20родителю%20помочь%20ребенку%20справиться%20с%20возможным%20стрессом%20С%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».(Запланировано на 11 мая 2020 г.)	https://www.youtube.com/watch?v=ruv7m1Loy4o&feature=youtu.be
«Как родителям справиться с подростком на самоизоляции»	https://telefon-doveria.ru/kak-roditelyam-spravit-sya-s-podrostkom-na-samoizolyatsii/
Рекомендации для выпускников и родителей	ЕГЭ: «Нам не страшен серый волк!»
Видеоурок «Детские страхи: как помочь ребенку с помощью арт-терапии».	Страхи.
Тест онлайн «Разбираетесь ли вы в психологии подростков»	https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/19005/razbiraetes-li-vy-v-psikhologii-podrostkov/

Видеоурок: Как обсуждать с ребенком происходящие в мире трагедии и катастрофы.	https://www.youtube.com/watch?v=9r3f-hB78do&feature=emb_logo
Видеоурок: Как улучшить концентрацию внимания у школьника? Упражнения из «Гимнастики мозга» Пола Деннисона и игры, направленные на развитие внимания.	Техника самопомощи.
Как помочь ребёнку преодолеть боязнь ошибки?	Как помочь ребёнку.
Памятка для родителей по безопасности несовершеннолетних в сети интернет.	https://nsportal.ru/download/#https://nsportal.ru/sites/default/files/2017/06/07/pamyatka_dlya_roditeley_po_bezopasnosti_v_seti_internet.docx
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 «ПРОФИОРИЕНТАЦИОННЫЙ 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.youtube.com/watch?v=0CDx2RvRQdU&feature=emb_logo
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.рф/articles/kak-pomoch-rebenku-spravitsya-s-odinochestvom
Как развивать у ребенка умение справляться с трудностями.	https://пастимдетей.рф/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.youtube.com/watch?v=9PhfCaimFkQ&feature=emb_logo
Почему у школьников возникает учебный стресс и как можно его снизить.	https://пастимдетей.рф/articles/pochemu-u-shkolnikov-voznikaet-uchebnyy-stress
Видео материал "Советы родителям по организации онлайн-обучения детей".	https://do.gymnasium-nur.ru/mod/videolecture/view.php?id=107
Учителям	
Рекомендации для педагогов по взаимодействию с учениками в период эпидемии коронавируса.	http://mdou157.ru/2020/04/17/rekomendatsii-dlya-pedagogov-po-vzaimodejstviyu-s-vospitannikami-v-period-epidemii-koronavirusa/