

АНКПО «Новые решения»  
ИНН 222881890 КПП 22201001 ОГРН 1202200000606  
Тел. +7-913-084-1271 [nko-new@yandex.ru](mailto:nko-new@yandex.ru) <https://nko-new.ru>  
13.09.2023 № 75

**18.09.2023 в 15-00 мск** открытая онлайн-консультация **«Как  
помогать своему ребенку в профилактике утомления:  
психологические практики»**

Руководителям региональных и  
муниципальных органов  
управления образованием,  
руководителям образовательных  
организаций,  
родителям, воспитателям,  
психологам, классным  
руководителям

Уважаемые коллеги!

Хроническая перегрузка нередко дает о себе знать простудами, которые ребенок «цепляет» одну за другой. Дело в том, что интеллектуальное переутомление снижает адаптационные возможности организма, в том числе и иммунной системы.

На фоне учебного стресса растет и количество хронических болезней. Среди них на первом месте заболевания органов дыхания и пищеварения, на втором – сердечно-сосудистые нарушения, на третьем – патологии нервной системы и опорно-двигательного аппарата. По статистике, за время обучения количество детей, имеющих хронические заболевания, возрастает в два раза.

Чтобы помочь своему ребенку в профилактике утомления и предотвращения хронических заболеваний, вызванных усталостью, приходите **18.09.2023 в 15-00 мск** на открытое обучающее мероприятие **«Как помогать своему ребенку в профилактике утомления: психологические практики»**. Консультацию проводит Гебгардт Маргарита Сергеевна, педагог – психолог высшей квалификационной категории.

При регистрации и на самом обучающем мероприятии вы сможете задать свои вопросы и получите рекомендации психолога.

В процессе онлайн обучающего мероприятия будут раскрыты следующие **вопросы**:

- отчего наступает у детей утомляемость?
- чем опасно переутомление?
- как помочь ребёнку правильно отдохнуть?

**Результатом** участия в обучающем мероприятии может стать:

- знание техник и приемов по профилактике утомляемости.
- рекомендации по профилактике утомляемости.

Только зарегистрированные на мероприятие получают **электронный сертификат участника**, презентацию и иные материалы занятия.

Перед регистрацией пройдите, пожалуйста, **анкету на утомляемость** ребенка по ссылке <https://forms.gle/C5rpC8KFidRgoW2x5>

**Зарегистрироваться** на обучающее мероприятие по ссылке:

[https://pruffme.com/landing/u2631789/20230918\\_tired](https://pruffme.com/landing/u2631789/20230918_tired)

**Ссылка** на регистрацию на онлайн-мероприятие опубликована также **на главной странице сайта nko-new.ru**

**ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:**

Обучающее мероприятие проводится Межрегиональным сетевым консультационным центром комплексной поддержки семей **«Школа для родителей»**, созданным при АНКПО «Новые решения», оказывающим бесплатные услуги психолого-педагогической, методической и консультативной помощи родителям (законным представителям) детей, а также гражданам, желающим принять на воспитание в свои семьи детей без попечения родителей, федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование» при поддержке Министерства просвещения Российской Федерации.

**Электронный сертификат** генерируется автоматически по заполненным при регистрации на мероприятие полям, будьте внимательны при их заполнении, дальнейшие исправления невозможны! Ссылка на эл. сертификат придет на вашу эл. почту, оставленную при регистрации, в течение 7 дней после консультации. Проверьте папку Спам.

Подпишитесь на каналы «Школы для родителей» в Telegram [https://t.me/parents\\_school\\_NS](https://t.me/parents_school_NS) и в Дзен [https://dzen.ru/nko\\_new](https://dzen.ru/nko_new) - так вы будете в курсе всех бесплатных обучающих мероприятий!

#школа\_родителей #новые\_решения #психология #консультация #родители #школьники #утомляемость #простуда #учеба #энергия #обучение #успешность #переутомление #отдых #общение #образование #семья #школа #современная\_школа #нацпроект #растим\_детей #Барнаул #Алтайский\_край #Алтай #АлтайскийКрай

Контакты: +7-913-084-12-71 nko-new@yandex.ru – Татьяна Александровна

Директор



Т.А. Карташова