

ВОЗВРАЩАЕМСЯ В УЧЕБНЫЙ РЕЖИМ



Возвращаем режим



Вовремя ложимся
спать,высыпаемся, встаем по
будильнику



Больше двигаемся: физическая
активность стимулирует
умственную



Принимаем витамины



Выпишите все задачи,
отсортируйте по важности и
срочности



Сектор социально-педагогической и
психологической работы

Педагог-психолог Лихоманова Я.С