***Несколько полезных***

***психологических сайтов для обучающихся.***

*Профориентационные сайты:*

1. «Электронное сопровождение образовательного курса «Человек и профессия» - (Издательство «Глобус»);
2. электронный учебник профессионального самоопределения Г.В. Резапкиной;
3. проект «Навигатум» <https://navigatum.ru/metodika.html>;
4. уроки по профориентации<https://moeobrazovanie.ru/gotovije_uroki_po_proforientatsii.html>;
5. программа «Смартия» [https://smartia.me/skillsи т.д](https://smartia.me/skills%D0%B8%20%D1%82.%D0%B4).
6. банк интерактивных профессиограмм <http://prof.labor.ru/>;
7. методический кабинет профессиональной ориентации Г.В. Резапкиной <http://metodkabi.net.ru>;
8. информационно – справочная система выбора профессии «В помощь ШКОЛЬНИКУ.ру» <http://www.shkolniky.ru/professions>;
9. проектория <https://proektoria.online/>;
10. пропуск в профессию <https://proekt-pro.ru/>;
11. профилактика стрессовых состояний на итоговой аттестации, психологической поддержки выпускников: официальный информационный портал единого государственного экзамена <http://www.ege.edu.ru/ru/classes-11/psych/>;
12. информация на сайте ГБОУ ИРО Краснодарского края <http://iro23.ru/podgotovka-k-attestacii-uchashchihsya>;
13. «Сдать ЕГЭ проСТО» <http://iro23.ru/ege-pro100-arhive> и т.д.

*Электронные книги по психологии:*

1. А. Курпатов «Как исполняются мечты»;
2. А. Курпатов «Нейротренажёр»;
3. книги для чтения о профессиональном самоопределении Г. В. Резапкиной;
4. Омберген Ван «В моей голове. Как устроен мозг и зачем он нам нужен»,
5. Суркова, Эриль «Психология для ребят: новые истории Дуни и кота Киселя».

*Познавательные сайты:*

1. список «100 фильмов, рекомендованных для школьников» <https://kino.mail.ru/cinema/selection/623_ministerstvo_kulturi_rekomenduet_100_filmov_dlya_shkolnikov/>;
2. «Техники для жизни» сайта мырядом.онлайн<https://resh.edu.ru/> . <https://www.xn--d1apbhi9d3a.xn--80asehdb/film>.
3. тренажёр по развитию познавательных процессов, например Викиум <https://wikium.ru/>;
4. развивающие компьютерные игры детского портала «Солнышко» <http://www.solnet.ee/games/g1.html>
5. <http://logicgame.com.ua/index.php?l=ua>, <http://adalin.mospsy.ru/disc57.shtml>, <http://www.effecton.ru/758.html>.
6. <https://psylist.net/pedagog> - книги для родителей и детей, онлайн тесты.

*Если вам необходима помощь, то вы можете обратиться:*

* 8 (800) 200-01-22. Всероссийский круглосуточный телефон доверия для детей, подростков и их родителей.
* 8 (861) 268-41-17 - детский телефон доверия в Краснодарском крае.
* 8-800-25-02-955 - телефон доверия психиатрической службы Краснодарского края для детей и подростков.
* чат доверия для подростков - мырядом.онлайн <https://www.xn--d1apbhi9d3a.xn--80asehdb/>, где анонимная психологическая помощь он-лайн.