

☐ Сдача экзаменов — ответственный этап в жизни каждого выпускника. Оказание эффективной поддержки выпускникам и их родителям является одной из приоритетных задач [Рособрнадзора](#).

☐ В целях обеспечения психологической и эмоциональной устойчивости выпускников и их родителей (законных представителей), оказания им эффективной поддержки в период подготовки и проведения экзаменационной кампании Рособрнадзор подготовил 12 тематических видеороликов.

- ☐ [Про мотивацию](#)
- ☐ [Про страхи](#)
- ☐ [Про энергию](#)
- ☐ [Про лень и прокрастинацию](#)
- ☐ [Про эмоции и эмоциональный интеллект](#)
- ☐ [Про память](#)
- ☐ [Про внешний вид](#)
- ☐ [Про время](#)
- ☐ [Про уверенность в себе](#)
- ☐ [Про цели](#)
- ☐ [Про стресс и победу](#)

☐ Предлагаем ознакомиться!