

Пример таблицы «Как я преодолел стрессовую ситуацию»

Стрессовая ситуация в прошлом

Как преодолел

Плохая успеваемость по физике

- 1) Обсудил варианты решения с учителем.
 - 2) Составили совместно план отработок и основных тем, которые нужно знать.
 - 3) Нашел видеоуроки, где объясняют сложные темы простым языком
-