

**План недели психологии МБОУ СОШ №1 р.п.Мокшан**

**Понедельник**

<b>Мероприятие</b>	<b>Цель</b>	<b>Участники</b>	<b>Материалы</b>	<b>Проведение акции</b>	<b>Итог акции</b>
<i>Игровое занятие «Саморегуляторы»</i>	Формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья участников на основе овладения ими способов саморегуляции и активизации личностных ресурсов в рамках Недели психологии.	Классные руководители, педагог-психолог, обучающиеся 1 классов	карточки разного цвета (красный, желтый, синий, зеленый, черный, серый), фломастеры	Упражнение 1 «Поздоровайся, как в джунглях» Упражнение 2 «Росток» Упражнение 3 «Оловянный солдатик и тряпочка на ветру» Упражнение 4 «Добрый дракон» Упражнение 5 «Доброе прикосновение» Упражнение 6 «Волшебный карандаш»	Учащиеся в ходе занятия смогут научиться навыкам саморегуляции и активизации личностных ресурсов
<i>Тренинговое занятие «Сила спокойствия»</i>	Обучение навыкам и приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях, укрепление позитивного отношения к себе и окружающим	Классные руководители, педагог-психолог, учащиеся 7 и 9 классов	Карточки с названием эмоций.	Упражнение 1 «Хорошие новости» Упражнение 2 «Калейдоскоп эмоций» Упражнение 3 «Спокойствие, только спокойствие!» Приемы саморегуляции. Упражнение 4 «Пространство спокойствия»	В ходе занятия учащиеся получают необходимые навыки саморегуляции в стрессовых ситуациях.

## Вторник

Мероприятие	Цель	Участники	Материалы	Проведение акции	Итог акции
<i>Занятие (игровое) «Дружи как супергерой»</i>	Обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских взаимоотношений, совладания с конфликтными ситуациями, стимулирование заинтересованности в поисках путей выхода из конфликтных ситуаций.	Классные руководители, учащиеся (2-3 кл)	карточки с разными ситуациями, фломастеры, мяч	Упражнение 1 «Привет, супергерои» Упражнение 2 «Что такое дружба для каждого из нас?» Упражнение 3 «Супергерои и злодеи» Упражнение 4 «Помирись без слов» Упражнение 5 «Желание-прощание»	Учащиеся знакомятся с разными способами выхода из конфликтной ситуации, узнают, как можно помириться и договориться, как укрепить дружбу.
<i>Наглядная информация «О чем говорят цвета?»</i>	Информирование участников Недели психологии о значениях цветов в жизни (в выборе, одежды, интерьера, влияние на эмоциональное состояние и т.п.)	Все воспитанники и сотрудники школы.	Информация на стенде.	Информация доступна всю неделю для ознакомления	Участники узнают о психологическом значении цвета. Исследуют свои предпочтения.

## Среда

Мероприятие	Цель	Участники	Материалы	Проведение акции	Итог акции
<i>Тренинговое занятие «Ответственный выбор»</i>	Формирование у обучающихся чувства самооценки и ответственности за свою жизнь и свой выбор.	Учащиеся 5-8 классов, педагог-психолог, классные руководители, соц. педагог.	Мяч, листы бумаги А4, ручка или карандаш, цветные карандаши	Упражнение 1 «Цвет моего настроения» Упражнение 2 «Линия жизни» Упражнение 3 «Позитивное во мне» Упражнение 4 «Как я справляюсь с проблемами» Упражнение 5 «Что такое ответственность» Упражнение 6 «Мое богатство»	Учащиеся узнают значение ответственности и ее роли в своей жизни.

### Четверг

Мероприятие	Цель	Участники	Материалы	Проведение акции	Итог акции
<i>Тренинговое занятие «Моя стабильность – моя сила»</i>	Обучение навыкам и приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях, укрепление позитивного отношения к себе и окружающим.	Педагог-психолог, учащиеся 9-11 классов	листы бумаги А4, ручка или карандаш, антистрессовая подушка, листы бумаги с распечатанным силуэтом человека, цветные карандаши	Упражнение 1 «Дружная команда» Упражнение 2 «Моя тревога» Упражнение 3 «Групповое обсуждение» Упражнение 4 «Весна» Упражнение 5 «Мой замок» Упражнение 6 «Цвета силы»	Учащиеся овладеют навыками саморегуляции, методами и приемами снятия напряжения.
<i>Экспресс диагностика «психо геометрия»</i>	Определение типа личности человека	Все учащиеся и сотрудники школы.	Картинки с изображением фигур: круг-квадрат-треугольник-зигзаг, на стенде «Уголок психолога»	Каждый участник экспресс диагностики должен определить своё предпочтение в фигуре и прочитывать значения выбранных фигур для ознакомления.	определяется значение разных типов личности у участников Недели психологии.

### Пятница

Мероприятие	Цель	Участники	Материалы	Проведение акции	Итог акции
<i>Тренинг на развитие лидерских качеств</i>	Создание благоприятного эмоционального климата, получение положительных эмоций, выявление лидерских качеств	Ученики РДДМ, педагог-психолог, учителя школы.	листы бумаги А4, ручка или карандаш, веревка, мяч.	Упражнение 1 «Назови свое имя и увлечение» Упражнение 2.»Веребочные узоры» Упражнение 3 «Символ лидера»	Учащиеся смогут выявить в себе лидерские качества и организаторские способности.
<i>Творческое задание «Дорисуй»</i>	Развитие творческих способностей учащихся и педагогов, формирование позитивного настроения.	Учащиеся и сотрудники школы.	Лист ватмана, или на А4 карандаши, фломастеры.	На листе ватмана нарисованы незаконченные изображения, каракули (как пример – неоконченные рисунки Торенса). Участники акции дорисовывают эти изображения, заканчивают их.	Совместная творческая работа