

«Утверждаю»

Директор



М. Шибиртубеева
М. Шибиртубеева

« 11 »

август

2023 г.

План работы на неделю психологии

Подготовила: Педагог-психолог Кириллова Б.Л.

Обучающиеся по программе начального общего образования (1-4 классы)

Возраст: 6-10 лет

Блок 1. Развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся.

Занятие (игровое) «Приумножь добро»

Цель: развитие коммуникативных навыков, укрепление позитивного отношения к окружающим, несмотря на различия, развитие рефлексии и способности к осознанию своих чувств.

Форма проведения: игровое занятие.

Блок 2. Развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции

Занятие (игровое) «Саморегуляторы»

Цель: формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья участников на основе овладения ими способов саморегуляции и активизации личностных ресурсов.

Форма проведения: игровое занятие.

Блок 3. Развитие коммуникативной компетентности и навыков конструктивного разрешения конфликта

Занятие (игровое) «Дружи как супергерой»

Цель: обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских взаимоотношений, совладания с конфликтными ситуациями, стимулирование заинтересованности в поисках путей выхода из конфликтных ситуаций.

Форма проведения: игровое занятие.

Обучающиеся по программе среднего общего образования (5-8 классы)

Возраст: 11-14 лет

Блок 1. Развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся.

Тренинговое занятие «Ответственный выбор»

Цель: формирование у обучающихся чувства самоценности и ответственности за свою жизнь и свой выбор.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Блок 2. Развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции

Тренинговое занятие «Сила спокойствия»

Цель: обучение навыкам и приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях, укрепление позитивного отношения к себе и окружающим.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Блок 3. Развитие коммуникативной компетентности и навыков конструктивного разрешения конфликта

Тренинговое занятие «Из чего состоит дружба»

Цель: обучение навыкам совладания с конфликтными ситуациями, укрепление дружеских взаимоотношений, стимулирование заинтересованности в поисках путей выхода из конфликтных ситуаций.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Обучающиеся по программе среднего общего образования и полного общего образования (9-11 классы) Возраст: 15-17 лет

Блок 1. Развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся

Тренинговое занятие «Разные и прекрасные»

Цель: формирование представления обучающихся об уникальности и ценности каждой личности; развитие и укрепление понятия самооценности; формирование уважения к окружающим.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Блок 2. Развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции

Тренинговое занятие «Моя стабильность – моя сила»

Цель: обучение навыкам и приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях, укрепление позитивного отношения к себе и окружающим.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Блок 3. Развитие коммуникативной компетентности и навыков конструктивного разрешения конфликта

Тренинговое занятие «Конфликтом дружбу не испортить»

Цель: обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских отношений, бесконфликтного отстаивания своего мнения, повышение умения обучающихся определять и вербализировать свои переживания.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Психологический интенсив «Внутренняя сила» для родителей (законных представителей) обучающихся (на родительском собрании).

Цель: повышение информированности и компетентности родителей (законных представителей) обучающихся в вопросах стрессоустойчивости, саморегуляции, коммуникации, развития дружеских взаимоотношений, поведения в конфликте, а также нравственного развития личности.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Занятия с педагогами, родителями (законными представителями) обучающихся)

Упражнение 1. «Мысли на бумаге»

Цель упражнения: развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния.

Упражнение 2. «Какой у меня голос»

Цель упражнения: формирование асертивности.

Упражнение 3. «Список общих качеств»

Цель упражнения: отработка техники регуляции эмоционального напряжения в коммуникации, создание условий для формирования и поддержания устойчивых дружеских взаимоотношений на основе сходства.

Упражнение 4. «Закон гармонии»

Цель упражнения: формирование культуры межличностной коммуникации, дружеских отношений и взаимоуважения.

Упражнение 5. «Я – дома, я – на работе»

Цель упражнения: оценка своей деятельности со стороны.

Упражнение 6. «Рассказ о хорошем человеке»

Цель упражнения: формирование умения позитивно воспринимать другого человека, развитие коммуникативной компетентности.

Также в рамках недели психологии:

1. Олимпиада в 5-6 классах. Форма работы: Олимпиадные задания в виде теста.
2. Ознакомление с полезными электронными ресурсами для педагогов и родителей.
3. Анкетирование обучающихся, родителей (законных представителей), педагогов.
4. Ознакомление с детским телефоном доверия, с горячей линией кризисной психологической помощи, с горячей линией проекта МЫ ВМЕСТЕ (помощь семьям мобилизованных) и другие...
5. Размещение памятки для педагогов «Приёмы, чтобы справиться со стрессом»
6. Ознакомление с техниками самопомощи.