**ТЕМАТИЧЕСКАЯ НЕДЕЛЯ ПСИХОЛОГИИ - 2025**

**(*весенняя*)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование мероприятия* | *Участники* | *Цель мероприятия* | | *Место и время проведения* |
| 21 – 25 апреля 2025 г. **ОБЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ** | | | | |
| Открытие Недели психологии, проведение веселой утренней зарядки + «Возьми себе сладкое настроение» | Все участники образовательного процесса | Создание позитивного настроя учащихся и педагогов на начало учебной недели. | | Холл гимназии |
| Акция - почтовый ящик «Задай вопрос психологу...» | Все участники образовательного процесса | с целью психологической разгрузки, развития учения письменно выражать свои мысли, выявления актуальных проблем школьников, выстраивания доверительного отношения участников образовательного процесса к психологу и психологии в целом. | |  |
| Объявления для настроения «Возьмите то, чего Вам не хватает» и «Возьми кусочек хорошего настроения». | Все участники образовательного процесса | Создание благоприятного эмоционального климата в гимназии, получение положительных эмоций. | | Холл гимназии |
| Психологический плакат «10 способов стать умнее» | Все участники образовательного процесса | Информирование участников образовательного процесса о способах тренировках головного мозга, медитативных техниках | | Холл гимназии |
| Стендовое, настенное оформление и организация «Недели психологии» | Педагоги-психологи гимназии | Создание условий для укрепления, поддержания психологического здоровья учащихся и педагогического коллектива. формирование потребности в психологических знаниях, желания их использовать в интересах собственного развития | | Холл гимназии |
| Психологический тренинг «В поисках хорошего настроения» | 2 классы | Формирование мышечных ощущений устойчивости, навыков саморегуляции, снижение психоэмоционального напряжения, развитие произвольного самоконтроля, снижение двигательной расторможенности, негативизма, преодоление препятствий и внутренней неуверенности, обучение навыкам релаксации. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| Автоматизированный соцопрос для родителей направленный на изучение эмоционального состояния учащихся в конце учебного года | Родители гимназии | Выявление родительского мнения и представления о важности работы школьного психолога | | Гугл- форма |
| Семинар для педагогов: «Школьная медиация: путь к конструктивному разрешению конфликтов» | Классные руководители гимназии | Ознакомить педагогов с принципами школьной медиации; научить распознавать и правильно реагировать на школьные конфликты | | Актовый зал |
| Проведение медиативных встреч по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | | Кабинет психологов № 27 |
| Информирование и обучение участников образовательного пространства, входящих в состав Школьной службы медиации (примирения) | Участники образовательного пространства | Получение знаний, навыков и умений участниками образовательного пространства в сфере разрешения споров и медиации, приобретение компетенций медиатора, необходимых для ведения процедуры медиации как необходимый практический инструментарий. | | Кабинет психологов № 27 |
| ПОНЕДЕЛЬНИК 21.04  **Психологическое здоровье участников образовательного пространства.** | | | | |
| ***Начальная школа (1-4 классы)*** | | | | |
| КОНКУРС РИСУНКОВ: «Придумай добрую сказку» | 1 класс | Знакомство учащихся со своими личностными особенностями и креативными способностями, развитие эмпатии. | | по расписанию |
| Интеллектуальная ИГРА «Волшебный комплимент» | 3 классы | Развитие эмпатии и позитивного отношения к другим. | | по расписанию |
| АКЦИЯ «Я - уникальный» | 4 классы | Осознание собственной ценности и индивидуальности. | | по расписанию |
| Проведение МЕДИАТИВНЫХ ВСТРЕЧ по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | | Кабинет психологов № 27 |
| ***5-11 классы*** | | | | |
|  | | | | |
| ДИАГНОСТИКА старшеклассников | 10 классы | Исследование уровня сплоченности, взаимности и удовлетворенности межличностными отношениями в классе. | | по расписанию |
| ТРЕНИНГ «Психологическая устойчивость к негативным факторам жизнедеятельности» | 7-е классы | Развитие личностного качества, который позволяет преодолевать негативные стрессовые обстоятельства и обеспечивает способность к адаптации к стрессовым ситуациям. | | Кабинет психологов № 27 |
| «КАБИНЕТ РЕЛАКСАЦИИ» | 10 классы | Снижение напряжения, научение способам самостоятельного снятия эмоционального напряжения. | | Кабинет психологов № 27 |
| ТРЕНИНГИ «Я учусь владеть собой» | 11-е классы | Умение чувствовать себя. Распознавать свои чувства и эмоции. Снижение уровня тревожности, научение способам эффективного расслабления | | Кабинет психологов № 27 |
| ВТОРНИК 22.04  **День ПСИХОЛОГА** | | | | |
| ***Начальная школа (1-4 классы)*** | | | | |
| Психологический ИГРА «Корабль дружбы» | 2 классы | Формирование умения работать в команде и умения договариваться. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| КВЕСТ «Эмоции и чувства» | 3 классы | Командная игра с вопросами. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| Проведение МЕДИАТИВНЫХ ВСТРЕЧ по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | | Кабинет психологов № 27 |
| ***5-11 классы*** | | | | |
| «КАБИНЕТ РЕЛАКСАЦИИ» | 10 классы | Снижение напряжения, научение способам самостоятельного снятия эмоционального напряжения. | | Кабинет психологов № 27 |
| Психологическая ИГРА - ВИКТОРИНА «Следопыты» | 5 классы | знакомство с организацией работы и особенностями школы; стимулирование межличностного взаимодействия между учащимися и работниками школы; развитие коммуникативных умений, поднятие общего эмоционального тонуса. | | Коридоры гимназии |
| ДИАГНОСТИКА старшеклассников | 10 классы | Исследование уровня сплоченности, взаимности и удовлетворенности межличностными отношениями в классе. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| Среда 23.04  **День психологической устойчивости** | | | | |
| ***Начальная школа (1-4 классы)*** | | | | |
| РИСУНОК «Волшебная мандала для самопознания» | 2 классы | Развитие целостной перцепции учащихся, чувств и эмоций, развитие креативного мышления. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| УПРАЖНЕНИЕ «Моё безопасное место» | 3 классы | Развитие навыков саморегуляции и внутреннего спокойствия. | | по расписанию |
| Психологический ФЛЕШМОБ «Улыбнись миру!» | 4 классы | Выявление индивидуальных особенностей детей и формирование умения опираться на свои сильные личностные стороны | | Учебные кабинеты по расписанию |
| Проведение МЕДИАТИВНЫХ ВСТРЕЧ по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | | Кабинет психологов № 27 |
| ***5-11 классы*** | | | | |
| ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «Справляемся с сильными эмоциями» | 7в, 7г классы | Развитие умения осознавать физическое и эмоциональное состояние;  развитие умений адаптироваться к меняющимся социальным, информационным  и природным условиям, стрессовым ситуациям. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| ТРЕНИНГ «Психологическая устойчивость к негативным факторам жизнедеятельности» | 7-е классы | Развитие личностного качества, который позволяет преодолевать негативные стрессовые обстоятельства и обеспечивает способность к адаптации к стрессовым ситуациям. | | Кабинет психологов № 27 |
| «КАБИНЕТ РЕЛАКСАЦИИ» | 10 классы | Снижение напряжения, научение способам самостоятельного снятия эмоционального напряжения | | Кабинет психологов № 27 |
| РОДИТЕЛЬСКИЕ СОБРАНИЯ для 5-х классов «Итоговые результаты изучения адаптации 5-х классов к средней школе» | Родители 5-х классов | Психологическая информационно-просветительская деятельность родителей при адаптации детей к средней школе, рекомендации по детско-родительских отношениям. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| Четверг 24.04  **День самопознания** | | | | |
| ***Начальная школа (1-4 классы)*** | | | | |
| АКЦИЯ «Лестница настроений» | 3-е классы | Формирование навыков распознавания и принятия своих эмоций. | Учебные кабинеты по расписанию | |
| АКЦИЯ «Эмоциональное лото» | 2-е классы | Формирование умения распознавать эмоции других по мимике и ситуациям. | Учебные кабинеты по расписанию | |
| Проведение МЕДИАТИВНЫХ ВСТРЕЧ по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | Кабинет психологов № 27 | |
| Плановая ДИАГНОСТИКА по изучению сплоченности коллективов на конец учебного года | Участники образовательного пространства | Изучение уровня сплочённости коллективов. | Учебные кабинеты по расписанию | |
| ***5-11 классы*** | | | | |
| ДИАГНОСТИКА шестиклассников | 6 классы | Выявление удовлетворённости межличностных взаимоотношений внутри учебного коллектива; определение уровня актуального психического состояния, которое выражается в следующих психических свойствах: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность. | | Учебные кабинеты по расписанию  Классных часов |
| ДИАГНОСТИКА седьмых классов | 7 классы | Выявление удовлетворённости межличностных взаимоотношений внутри учебного коллектива; определение уровня актуального психического состояния, которое выражается в следующих психических свойствах: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность. | | Учебные кабинеты по расписанию  Классных часов |
| КОНСУЛЬТАЦИЯ «Психологическая саморегуляция при подготовке учащихся к ЕГЭ» | 11В | Формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у выпускников перед сдачей ЕГЭ | | Кабинет психологов № 27 |
| ТРЕНИНГ «Психологическая устойчивость к негативным факторам жизнедеятельности» | 7-е классы | Развитие личностного качества, который позволяет преодолевать негативные стрессовые обстоятельства и обеспечивает способность к адаптации к стрессовым ситуациям. | | Кабинет психологов № 27 |
| Пятница 25.04  **ДЕНЬ РЕФЛЕКСИИ. Закрытие Недели психологии** | | | | |
| ***Начальная школа (1-4 классы)*** | | | | |
| АКЦИЯ «Живое сердце гимназии» | 1 классы | Развитие визуализации школьного единства и любви. | | по расписанию |
| ИГРА «Мимический телефон» | 4 классы | Развитие у учащихся невербальной коммуникации и внимания. | | по расписанию |
| Активные ИГРЫ для школьной переменки | 1 классы |  | |  |
| Проведение МЕДИАТИВНЫХ ВСТРЕЧ по урегулированию конфликтных ситуаций с участниками образовательного пространства | Участники образовательного пространства | Мирное урегулирование спора с удовлетворением интересов сторон на условиях, выработанных самими сторонами. | | Кабинет психологов № 27 |
| ***5-11 классы*** | | | | |
| ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «Справляемся с сильными эмоциями» | 6в, 6б классы | Развитие умения осознавать физическое и эмоциональное состояние; развитие умений адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям. | | Учебные кабинеты по расписанию |
| ТРЕНИНГИ «Я учусь владеть собой» | 11-е классы | Умение чувствовать себя. Распознавать свои чувства и эмоции. Снижение уровня тревожности, научение способам эффективного расслабления | | Кабинет психологов № 27 |
| «КАБИНЕТ РЕЛАКСАЦИИ» | 10-11 классы | Снижение напряжения, научение способам самостоятельного снятия эмоционального напряжения | | Кабинет психологов № 27 |
| РЕФЛЕКСИЯ «По следам Недели психологии» | Психологи гимназии |  | | Кабинет психологов |
| **ЗАКРЫТИЕ НЕДЕЛИ** |  |  | |  |