



Psychology

**ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ НЕДЕЛИ ПСИХОЛОГИИ**  
с 9 декабря по 13 декабря 2019 год  
***«Психология вокруг меня»***

Разработал: практический психолог

ГОУ Пореченская ООШ – ДС № 32

Бондарь Яна Сергеевна

пос. Поречье, 2019

**Принципы:**

- события недели психологии должны охватывать всю школу;
- неделя должна быть целостной и законченной;
- мероприятия недели не должны мешать учебному процессу.

**Цели:**

- Создание условий для благоприятного психологического климата в школе, эффективного позитивного взаимодействия между участниками образовательного процесса.
- способствовать сплочению школьного коллектива;
- помочь каждому ребенку осознать себя частью школьного коллектива;
- оптимизировать межличностные отношения в классных коллективах, навыки и способы общения;
- выявить уровень психологического комфорта среди учащихся и учителей.

**Задачи:**

*Просветительские и психопрофилактические задачи*

- Стимулирование интереса к психологическим знаниям и к деятельности практического психолога.
- Повышение психологической грамотности учащихся и педагогов
- Формирование общего настроения оптимистической тональности в школе, настрой на «психологическую волну».

*Развивающие задачи*

- Развитие рефлексии.
- Развитие коммуникативных навыков и социально-психологических свойств личности учащихся.
- Развитие и осмысление системы личных жизненных ценностей у учащихся и педагогов.

- Расширение представлений о мире человеческих чувств и переживаний.
- Развитие мотивационной сферы учащихся

*Коррекционные задачи*

- Формирование важнейших социальных навыков и умений, способности к эмпатии, кооперации, разрешению конфликтов путем сотрудничества.
- Решение проблем лидерства и отвержения в классном коллективе.
- Активизация творческого потенциала участников образовательного процесса, формирование чувства успешности.

**План работы недели психологии**  
**«Психология вокруг меня»**

Дата	День недели	Название мероприятия	Участники	Ответственные
09.12.2019	<b>Понедельник</b> <b>«День знакомства с психологией»</b>	1. Открытие недели психологии. Проведение общешкольной линейки  2. Акция «Радуга настроений».  3. Выставка книг по психологии и оформление передвижного стенда «Неделя психологии»  4. Работа с плакатом «Кто такой психолог?»  5. Психологическая акция для педагогов «Зимние размышления или зимние предсказания великих людей»	Учащиеся, педагоги	Практический психолог  Бондарь Яна Сергеевна
10.12.2019	<b>Вторник</b> <b>«День творчества»</b>	1. "Мы - дружны и мы - едины" (ладошки красками на плакате с именами детей)  2. Учитель глазами ребенка. (Нарисуй портрет учителя).  3. Акция «Возьмите то, что Вам нужно!	1-5 класс	Практический психолог  Бондарь Яна Сергеевна
		4. Акция «Возьмите то, что вам важно!»	1-9 класс	

11.12.2019	<b>Среда</b> <b>«Тайный друг»</b>	1. Акция «ТАЙНЫЙ ДРУГ» (комплименты).  2. Для педагогов акция: «Волшебный сад».  3. Тренинг дружбы 2 – 4 класс	Учащиеся  Педагоги  2-4 класс	Практический психолог  Бондарь Яна Сергеевна
12.12.2019	<b>Четверг</b> <b>«День эмоций и чувств»</b>	1. Акция «Ларец радости и сладости» (конфетка и фант).  2. Игра «Следопыт» - сюрприз победителям. Играют 2 команды	Учащиеся, педагоги, родители  5-9 классы, педагоги	Практический психолог  Бондарь Яна Сергеевна
13.12.2019	<b>Пятница</b> <b>"Тропинка к своему «Я»"</b>	1. Тренинг «Кто Я?»  2. Цитаты дня в холле школы  3. Просмотр видеоролика «Трудно быть богом»  4. Рефлексия на бумаге «Дерево рефлексии»  5. Итоговая линейка «По следам недели психологии»	8-9 класс  Учащиеся, педагоги, родители  Учащиеся, педагоги, родители  Учащиеся, педагоги, родители  Учащиеся, педагоги, родители	Практический психолог  Бондарь Яна Сергеевна

## **Сценарий недели психологии «Психология вокруг меня»**

**День 1 «День знакомства с психологией» – понедельник 09.12.2019**

### **1. Открытие недели психологии. Проведение общешкольной линейки.**

#### **Сценарий общешкольной линейки "Психология — удивительная наука"**

**Цель:** расширить знания учащихся о науке психологии, что она изучает и как помогает людям. Сформировать у учащихся, не изучающих психологию, представление о ней.

В линейке участвуют учащиеся и школьный психолог.

*Ведущий (психолог):* Ребята, сегодня мы поближе познакомимся и узнаем, что изучает такая удивительная наука, как психология.

*Уч-ся:*

Живут на планете разные люди  
И все они прелестны и хороши.  
Потому что у каждого есть  
Тайна его человеческой души.

*Уч-ся:*

Человек - великое чудо  
Его изучают давно.  
Философы, писатели, поэты  
Так до конца не узнали его.

*Уч-ся:*

Еще древние люди думали, гадали  
Где находится у человека душа?  
И куда они ее только не помещали  
Но не поддается разгадке она.

*Уч-ся:*

Единственное, что смог человек постичь  
Только душа дает ему возможность  
Двигаться, видеть, слышать и говорить.

*Уч-ся:*

Откуда появилось слово “психология”? Чтобы объяснить его происхождение, необходимо обратиться к греческой мифологии.

*Ведущий (психолог):*

Однажды, сын богини Афродиты, Эрот, влюбился в очень красивую молодую девушку Психею и сделал ее своей супругой. Но она была простой смертной, и Афродита разгневалась, злобно преследовала Психею, заставляла пройти множество испытаний. Но любовь Психеи была так сильна, а ее желание вновь встретится с Эротом так велико, что силы природы пришли ей на помощь. Психея выполнила все требования Афродиты. Эрот умолил Зевса - верховное божество греков - помочь, и Зевс даровал Психее бессмертие, соединил влюбленных.

*Уч-ся:* Психея в греческой мифологии стала олицетворением души, ищущей свой идеал. Слово "психология" образовано из греческих слов "психе" - душа, "логос" - наука.

*Уч-ся:* Наука о душе - такое определение впервые было дано более 2 тысяч лет назад. Людей, занимающихся психологией, стали называть психологами.

*Уч-ся:*

Психология-наука удивительная  
И во многом поучительная.  
Душу человека изучает  
Многие ее тайны раскрывает.

*Уч-ся:*

Психология поможет вам  
Лучше узнать себя  
И дать ответы на вопросы  
Кто? И какой я?

*Ведущий (психолог):* Благодаря психологии, можно узнать, как из новорожденного беспомощного младенца человек превращается в разумную и зрелую личность. Она расскажет вам, как мы познаем окружающий нас мир.

*Уч-ся:* А теперь оглянемся вокруг - сколько взрослых и сверстников рядом! Все они разного возраста, роста, с разным цветом глаз и характером. Как научиться успешно общаться с ними?

*Уч-ся:* Как происходит общение между людьми? Как мы воспринимаем друг друга? Как узнать характер человека по жестам, мимике, интонации речи?

*Уч-ся:* На все эти вопросы все также ответы дает наука психология. Еще многие тайны человеческой души предстоит изучить этой удивительной науке.

*Ведущий (психолог):*

Друзья, сегодня вы узнали только часть того,

Что психология изучает, прежде всего.

Вы сможете подробнее человека познать,

Когда начнете психологию читать.

В течение этой недели мы окунемся в мир психологии. На стенде будет размещена информация о том, что же такое психология и насколько она многогранна.

Будет организована выставка с интересными книгами, которые позволяют изучить психологию человека.

Каждый день будет проведен согласно плану и на стенде будет ежедневно размещена информация о запланированных мероприятиях на день.

## **2. Акция «Радуга настроений».**

Порядок проведения акции.

**Цель:** изучение настроения детей и взрослых в школе.

1. Заранее готовится плакат: «С каким настроением ты пришел сегодня в школу?».

Под этой вопросительной фразой подразумевается, что ребята должны проанализировать свое нынешнее настроение (на момент проведения акции) и прикрепить кружок (квадрат, треугольник, звездочку и т.д.) к радужной полоске на плакате.

Старшеклассник из инициативной группы, ответственной за проведение акции, помогает малышам (первоклассникам) в проведении акции.

Анализ настроения:

К - Восторженное настроение

О – Радостное

Ж – Приятное

З – Спокойствие

Г – Грустное

С – Тревожное

Ф – Крайне тревожное



Пример взят из Сети интернет.

### 3. Работа с плакатом «Кто такой психолог?»

Данное упражнение проходит для учащихся 5-9 класса.

Учащимся предлагается плакат с надписью «Кто такой психолог?»

**Цель:** Сбор информации про осведомленность учащихся о профессии психолога.

Около кабинета психолога расположен плакат с надписью и варианты ответов (пример из сети интернет).

Каждый учащийся в течение учебного дня должен сделать отметку в соответствующей графе.



### 5. Психологическая акция для педагогов «Зимние размышления или зимние предсказания великих людей».

**Цель:** Сплочение коллектива, эмоциональная разрядка, установление доверительных отношений между коллегами.

В учительской размещен ящик или коробочка, где лежат «сладкие» снежинки. Каждому преподавателю предлагается мысленно сформулировать вопрос или проблему, которая актуальна в данный момент и вытащить снежинку с предсказаниями великих людей (пример приведен из личного опыта).



**День 2 «День творчества» – вторник 10.12.2019**

**1. Упражнение для учащихся 1-5 классов «Мы – дружны и мы – едины».**

**Цель:** сплочение ученического коллектива и развитие творческих способностей у учащихся.

Учащимся предлагается вместе с классным руководителем сделать отпечаток детской ладошки на ватмане и подписать ФИО учащегося (пример фото взят из сети интернет).





## **2. Выставка ученических работ «Учитель глазами ребенка».**

**Цель:** активизация творческих способностей детей, сплочение семьи.

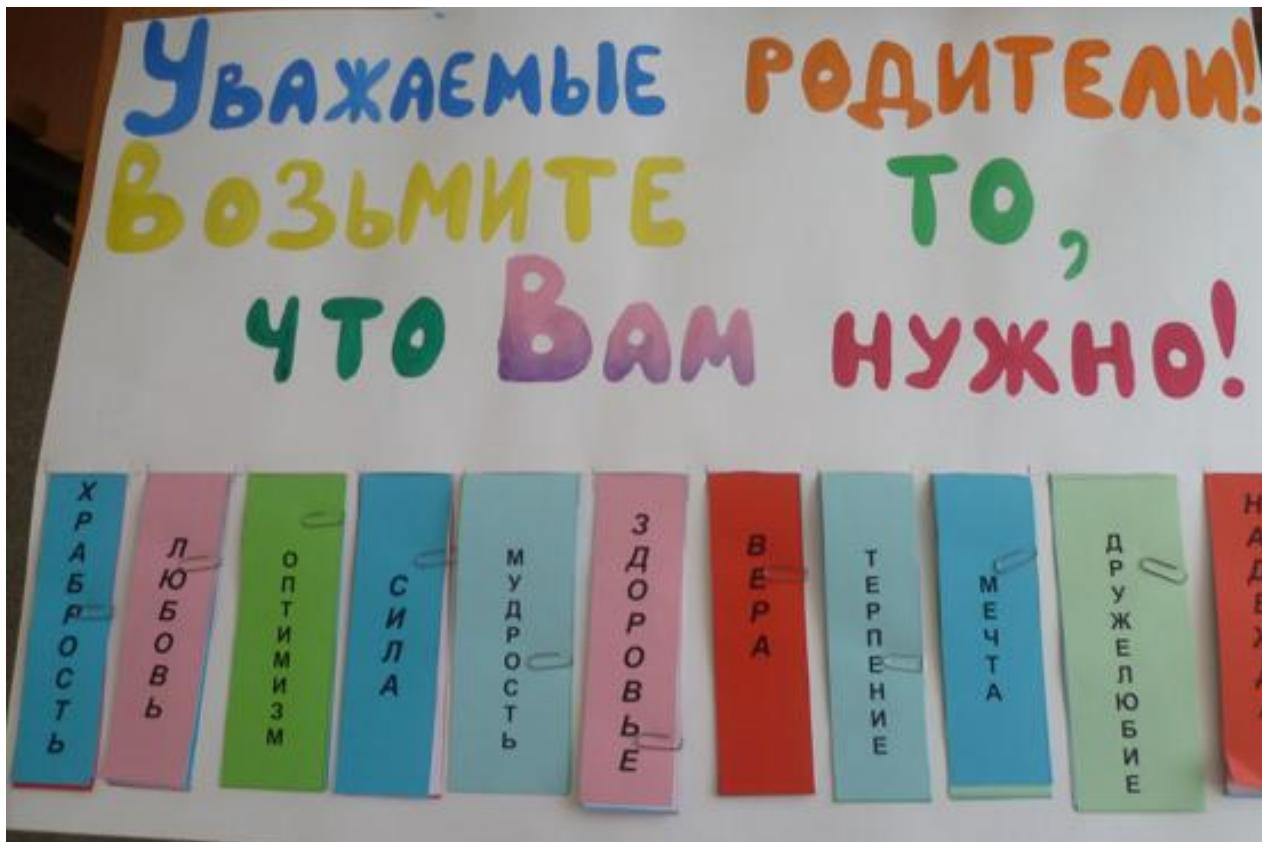
Детям и родителям дается совместное задание на дом нарисовать учителя глазами детей, также возможен вариант рисования рисунка в течение учебного дня.

Когда все работы будут собраны делается выставка детский работ.

## **3. Проведение акции для родителей «Возьмите то, что Вам нужно!**

**Цель:** привлечение родителей к общественной жизни школы и класса.

В холле первого этажа расположен плакат или стенд со стикерами, на данных стикерах написаны качества, чувства и эмоции человека. Родителям и педагогам предлагается взять стикеры, которые на данный момент им нужны (пример фото взят из сети интернет).



#### 4. Акция «Возьмите то, что вам важно!».

**Цель:** сплочение коллектива, эмоциональная поддержка и разрядка для детей.

В холле первого этажа расположен плакат или стенд с карманчиками, в которых лежат стикеры с надписями (пример фото взят из сети интернет).



## **День 3 «Тайный друг» – среда 11.12.2019**

### **1. Акция "тайный друг"**

**Цель:** активизация навыков сотрудничества, содействие развитию активной жизненной позиции, развитие чувства единения и успешности.

**Время:** акция проходит в течение одного учебного дня

**Этапы акции:**

Подготовительный этап

Во-первых, психологу необходимо переговорить с классными руководителями. Рассказав о смысле акции, попросить принять их активное участие, чтобы запустить процесс. (Обычно педагоги с легкостью идут навстречу, даже заранее заготавливают маленькие подарочки, открытки, записочки от тайного друга.)

Во-вторых, накануне дня "Тайного друга" психолог приготавливает и размещает в классах начальной школы на видном месте афиши с подробной инструкцией к игре.

**Афиша: «Всем, кто это видит, только сегодня вы можете стать участником игры «Тайный друг».**

**Внимательно читайте правила игры.**

**Согласитесь, у нас в школе много симпатичных и приятных нам людей. Но не всегда мы выражаем свое добroе отношение к нему. Иногда этому мешает занятость, иногда забывчивость, иногда стеснительность. А сегодня мы можем проявить свои истинные чувства, а именно- выбрать того человека, который тебе нравится и стать его тайным другом, постараться сделать что-нибудь приятное своему избраннику. Это может быть подарочек, помошь, добрая шутка, приятная записка. Главное, чтобы адресат (избранник) почувствовал ваше внимание и хорошее отношение. При этом не забывай, что ты – Тайный друг. Поэтому все добрые дела должны быть неожиданными и приятными.**

## **Основной этап**

В назначенный день классный руководитель может обратить внимание ребят на афишу акции "Тайный друг", призвать их к активному участию, поинтересоваться о том, появились ли у кого-либо тайные друзья.

Игра, обычно, набирает обороты ко 2-3 уроку, когда подстегиваемые записками и сюрпризами от учителя дети сами стремятся стать тайными друзьями.

## **Этап подведения итогов**

В конце учебного дня в классах классный руководители (возможно совместно с психологом) подводят итоги акции: обсуждают с ребятами, что понравилось - делать или принимать подарки? что не понравилось? что мешало и помогало активно участвовать в акции? что они чувствовали в роли "тайных друзей"? какой из своих подарков считают наиболее удачным? стоит ли проводить еще такие игры? и т.п.

В зависимости от материальных возможностей психологической службы, наиболее активных участников акции можно наградить памятными грамотами и подарками.

## **2. Акция «Волшебный сад».**

**Цель:** сплочение педагогического коллектива, установление доверительных отношений, эмоциональная разрядка.

Для педагогов акция: «Волшебный сад». Предлагаются несколько рубрик для советов коллегам:

- «Последняя неделя перед зарплатой» - как накормить семью дёшево, вкусно, питательно;
- «Сторожка с запасами»: Советы молодым специалистам: как минимум год продержаться или помогите выжить «новичкам»!;
- «Я беру с собой в дорогу» Когда иду в школу - беру с собой...Когда иду домой – беру с собой...

-«Как сохранить мир и любовь в семье педагога».

- «Как провести выходной день с пользой для здоровья?»

В учительской располагается пять коробочек с надписями, каждому педагогу предлагается написать записки на заданные темы, на большой перемене зачитать записки педагогов.

### **3. Тренинг дружбы для учащихся 2-4 классов.**

**Цель:** сплочение коллектива, формирование понятия «дружба», представления о качествах необходимых в дружбе.

**Задачи:**

1. Формирование адекватной самооценки учащихся, чувства собственного достоинства;
2. Создание дружеских, доброжелательных отношений в классе.

**Ход тренинга:**

**Приветствие.**

Здравствуйте! Давайте поздороваемся друг с другом, но не обычным способом: каждый прикоснется кончиками пальцев обеих рук к пальцам сидящего рядом и при этом улыбнется. Сегодня наша встреча будет посвящена теме дружбы между людьми, что такое дружба, что значит дружить, узнать, какими качествами должен обладать настоящий друг, кто может быть другом; конце мероприятия мы должны будем вывести законы дружбы. Давайте составим правила проведения занятия-тренинга. Учащиеся предлагаю и записывают на листе правила. **-10 минут**

**Упражнение «Дружба» Составить... на слово «Дружба». – 7 минут**

Д – доверие, доброта, доброжелательность

Р - радость

У – уважение, ум, уверенность

Ж – жизнь, желание

Б – борьба, благодушие

А – активность, аккуратность

Обсуждение: А что для вас значит это слово? Какое значение вы придаете дружбе? Да, ребята, дружба – это дар, данный человеку. Поэтому каждый из нас не только должен ценить истинных друзей, но и сам должен быть хорошим другом. Что мешает создать настоящие дружеские отношения? Какие качества? Кто может сказать, что иногда эти качества у него проявляются?

### **Упражнение «По парам» - 10-15 минут**

Сейчас вы будете свободно перемещаться по комнате, когда я скажу «стоп», вы должны как можно быстрее найти себе пару (разбриться в группы по три человека). Кто не попал в группу – выбывает из игры. Посмотрим, кто из нас наиболее быстрые и собранные.

### **Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто ... » - 5 минут**

Процедура проведения: Все сидят по кругу или стоят. Ведущий (без стула, в центре круга), на-пример, говорит: Поменяйтесь местами те, кто:

- любит болтать по телефону;
- кто любит красный цвет;
- кто любит мороженое;
- у кого есть дома собака (кошка);
- кто любит ходить в кино.

- кто любит петь;
- кто любит танцевать;
- кому сколько лет;
- кто первый раз участвует в тренинге;
- любит ли читать фэнтези;
- Любит ли смотреть телесериалы и т.д.;

### **Подвижная игра: «Если весело живется» - 5 минут**

Дети становятся в круг.

В е д у щ и й. Если весело живется, топай так. (Топает.)

Д е т и. Если весело живется, топай так. (Топают.)

В с е. Если весело живется, мы друг другу улыбнемся. (Поворачиваются друг к другу, улыбаются.)

Если весело живется, топай так. (Топают.)

В е д у щ и й. Если весело живется, хлопай так. (Хлопает в ладоши.)

Д е т и. Если весело живется, хлопай так. (Хлопают в ладоши.)

В с е. Если весело живется,

Мы друг другу улыбнемся,

Если весело живется –

Хлопай так. (Хлопают в ладоши.)

В е д у щ и й. Если весело живется, щелкай так. (Щелчок пальцами руки.)

Д е т и. Если весело живется, щелкай так.

В с е. Если весело живется,

Мы друг другу улыбнемся,

Если весело живется –

Щелкай так.

В е д у щ и й. Если весело живется, делай все. (Топает, хлопает в ладоши, щелкает пальцами.)

Д е т и. Если весело живется, делай все.

В с е. Если весело живется,

Мы друг другу улыбнемся,

Если весело живется –

Делай все Хорошо!

### **Упражнение «Пять добрых слов» - 15-25 минут**

Каждый участник команды на листе картона обводит ладошку и в центре пишет своё имя. Затем передает рисунок соседу справа, а сам получает рисунок от соседа слева. В одном из “пальчиков” полученного чуждого рисунка каждый пишет какое-нибудь привлекательное качество, которое хотелось бы пожелать его обладателю (например, “ты - добрый”, “ты - веселый”, “ты - остроумный” и т.д.). Рисунки ходят по кругу. Таким образом, все “пальчики” оказываются заполненными. Если пальчиков не хватит, можно писать и на самой ладошке вокруг имени участника. В

конце упражнения ладошки возвращаются к своим хозяевам и вы можете прочитать то, что вам пожелали ваши товарищи и оставить ладошку себе на память (наши ладошки превратились в лучики весёлого солнышка).

## **День 4 «День эмоций и чувств» – четверг 12.12.2019**

### **1. Акция «Ларец радости и сладости»**

Цель: создание благоприятного эмоционального климата в школе, получение положительных эмоций.

В специальный ящик собраны самые лучшие выражения и фразы. Каждый, кто подходит к ларцу, может вытащить фразу, предназначенную именно ему. «Ларец радости и сладости» работает только на переменах и как правило, имеет большой успех среди учащихся.

Примерный перечень выражений.

- Жди удачи!
- Всё будет хорошо!
- Мы с тобой, держись!
- Улыбнись!
- Тебя ждёт подарок судьбы!
- Не расстраивайся!
- Надейся на лучшее!
- Ты самый счастливый человек на свете!
- Лучшие радости – впереди!
- Отдохни!
- Будь смелее!
- Будь решительнее!
- Умей дружить!
- Умей прощать!
- Смотри в оба!
- Нам повезло с тобой!
- Держи хвост пистолетом!
- Ешь больше морковки!
- Не злись понапрасну!
- Впереди только радости!
- Много сладкого есть вредно...
- У тебя большие усы?
- Жизнь – хорошая штука!

- Делай людям добро!
- Радуйся каждому дню!
- Помечтай!
- Больше трудись!
- Не имей сто рублей, а имей сто друзей!
- Дыши глубже!
- Веселись от души!
- Ты особенный!
- Посмотри на звёзды ночью и загадай желание на упавшую звезду – оно исполнится!
- Счастливого Нового года!
- Ты нужен школе!
- Давайте жить дружно!
- Ха – ха – ха!
- Учить стихи полезно для развития памяти!
- Ты верный друг!
- Умываться прохладной водой полезно для кожи!
- Пить чай с лимоном полезно для здоровья!
- Занимайся зарядкой по утрам!
- Напиши стихи маме!
- Посвяти свои стихи лучшему другу!
- Посмотри мультфильм о настоящей дружбе!
- Прочти книгу Н.Носова о дружбе “Весёлая семейка”
- При встрече с учителями всегда здоровайся!
- Мой руки перед едой!
- Сделай подарок своей семье.
- В тетради пиши аккуратно!
- Дари людям радость!
- Поздравь друга с днём рождения!
- Будь здоров!
- Прислушивайся к старшим!
- Отстаивай свою точку зрения!
- Согревай окружающих теплом своей души!
- Делись с близкими!
- Не рассказывай чужих секретов – это некрасиво!

- На уроках не болтай, как заморский попугай!
- Спой весёлую песню своим друзьям!
- Человек без друзей, как дерево без корней!
- Чужую помощь принимай, в своей не отказывай!
- Стань сильнее!
- Будь добрее!
- Будь терпеливым!
- Иди к мечте!
- Одевайся по погоде!
- Расскажи друзьям весёлый анекдот!
- Без друга на душе выюга!
- Береги платье снову, а честь смолоду!
- Если с другом вышел в путь – веселей дорога!
- Да здравствует человек!
- Жми на газ!
- Не тормози!
- Остановись, подумай, прими верное решение!
- Помоги другу!
- Будь спокоен!
- Не жалей для друга ничего!
- Думай о хорошем!
- Всегда говори правду!
- Быть добрым обязанность, а не заслуга.
- Не обижай других, и сам не обижайся!
- Ля – ля – ля!
- Мы с тобой!
- Грамотным быть лучше, чем ниграматним!
- Завтрашний день принесёт радость!
- Сохраняй спокойствие!
- Доверяй интуиции!
- Закаляйся!
- Закаляй характер!
- Жизнь дана на добрые дела!
- Ты везучий человек!

- Ты хороший человек!
- Ты добрый человек!
- Ты красивый человек!
- Ты очень умный!
- Читай много книг!
- Тебя ждёт будущее знаменитости!
- Ты победишь!
- Будь серьёзен к учёбе и, возможно, ты станешь знаменитым учёным!
- Твоя дорога в жизнь светлая и широкая – не заблудись!
- Выбери самый лучший новогодний костюм и порадуйся на празднике!
- Ты можешь вести за собой – попробуй!
- Скоро тебе очень повезёт!
- Доверься судьбе!
- Будь честнее с самим собой!
- Доверяй внутреннему голосу!
- Дерзай!
- Придумай историю о твоём классе или про школу, возможно, ты станешь известным писателем!
- Скоро ты получишь пять пятерок – готовься!
- В будущем вижу, как ты читаешь интересную книгу!
- Поднажми на русский язык!
- У тебя скоро будут весёлые каникулы!
- Тебя завтра спросят на уроке!
- Ты проживёшь много-много лет!
- Вижу Нобелевскую премию!
- У тебя скоро появится новый хороший друг!
- Загадай желание – оно исполнится через три месяца!

## **2. Игра «Следопыт».**

**Цель:** активизация навыков сотрудничества, содействие развитию активной жизненной позиции , развитие чувства единения и успешности.

Этапы акции:

подготовительный этап

Во-первых, психологу необходимо составить и выполнить задания для следопытов, чтобы в момент оценки правильности ответов быть компетентным. За сутки разместить в школе подсказки и обозначить примерные вопросы для подготовки. Каждый классный руководитель от своего класса выбирает участника (в нашей школе всего 9 учащихся в команде, т.к. 9 классов), в последствии появляется 2 команды, которые и будут принимать участие в игре.

Основной этап

В назначенный день психолог собирает команду и задает вопросы согласно разработанному списку с вопросами. Чья команда ответит более точно и быстро на вопросы, тот и является победителем. Победившая команда получает приз.

## **День 5 «Тропинка к своему Я» – пятница 13.12.2019**

### **1. Тренинг «Кто я?» для учащихся 8-9 класса.**

**Цель:** Освоение приемов самодиагностики, самораскрытия, активности общения.

Ход тренинга:

#### **1. Упражнение «Приветствие» - 5 минут**

Каждый участник по кругу должен охарактеризовать себя на первую букву имени

#### **2. Упражнение «Невидимый счет» - 10-15 минут**

Инструкция. Задание очень простое: следует всего лишь досчитать до 10. Хитрость состоит в том, что считать надо коллективно: кто-то говорит «один», кто-то другой - «два» и т. д., договариваться же о порядке счета нельзя. Если очередное число произносят одновременно два человека, счет начинается сначала. В простейшем варианте упражнение выполняется с открытыми глазами, в более сложном -- с закрытыми (открывать их разрешается только между попытками). Разговаривать по ходу выполнения упражнения запрещено.

Если участники сами установят определенный порядок произнесения чисел (по кругу, через одного, по алфавиту и т. п.), следует похвалить их за находчивость, но попросить попытаться решить эту задачу без предварительной договоренности.

#### **3. Упражнение «Падение на доверие» - 15 минут**

Описание.

Сейчас один из участников Вашей команды по выбору поднимется на возвышенность, станет к команде спиной, установит руки особым способом и упадет команде на руки.

Во время падения он должен держать ровно спину и не разбрасывать руки в стороны. Он упадет Вам на руки и попадет в «колыбельку», которую вы — его команда — создадите для него. Он будет падать ровно, чтобы не разорвать Ваших рук, и тогда весь вес его распределится равными долями между страхующими участниками.

### **Задание.**

Правильно образовать страховочную командную «колыбель» для участника, который будет выполнять падение.

Команда становится в две шеренги лицом к друг другу

Возьмите за руку рядом стоящего участника, теперь согните руку в локтях, ладонями вверх

Ваша рука и рука рядом стоящего участника должна находиться на уровне пояса по центру туловища участника стоящего перед Вами

Ладони страхующих прямые, руки не должны перекрециваться, чтобы не причинить увечий участнику, выполняющему падение

Выставьте назад правую ногу для упора

Подымите головы, немного подняв подбородок и смотрите на затылок участника

### **Правила.**

Все команды и ответ участника, выполняющего падение, проговариваются громко и отчетливо

Запрещено поздравлять участников встрясками

Снять часы и другие украшения на руках, чтобы не причинить царапин и ушибов участникам выполняющим упражнение.

### **4. Упражнение «Театр эмоций или угадай эмоцию» -15 минут.**

Участникам тренинга раздаются карточки с различными эмоциями и чувствами. Задача – по очереди отразить эмоции и угадать, какие именно эмоции и чувства изображены. Угадавший эмоцию забирает карточку с надписью, в конце подсчитываются карточки и определяется победитель, который награждается призом.

## **5. Упражнение «Горячий стул или расскажи о себе» - 20 минут**

Каждый участник тренинга по очереди встаёт на стул, который находится в центре и за минуту должен рассказать о себе как можно больше.

### **Рефлексия.**

### **2. Цитаты дня**

**Цель:** Создание положительного настроения в школе

На первом и втором этажах размещены на листах А4 цитаты великих людей, психологов.

Каждый участник образовательного процесса может на данном листе поставить знак +, если данное выражение ему понравилось и находит отклик по настроению.

### **3. Просмотр видеоролика «Трудно быть Богом» для всех желающих участников образовательного процесса.**

В актовом зале будет показан данный видеоролик с последующим обсуждением.

Короткометражка «Трудно быть Богом» - Рассказ о судьбе, предрешённости и одновременно — о непредсказуемости жизни. Некое членкообразное существо падает сверху в проулок. У него чёткая миссия — исправить глупую случайность, которую исправить невозможно. Но, изменив одно, он понимает, что невольно меняет и другое.

**Судьба – предначертанная программа с рождения или дорога, которую мы строим сами?**

**4. Рефлексия на бумаге «Дерево рефлексии» - написание отзывов и предложений по работе недели психологии в школе .**

**Цель:** получение обратной связи по итогам проведенной недели психологии в образовательном учреждении

В холле первого этажа на плакате нарисован ствол дерева без листочков. Рядом расположена коробочка с листиками, яблоками, цветами и т.д., участникам недели психологии предлагается в течение всего дня написать отзыв и прикрепить его на дерево.

**5. Итоговая линейка «По следам недели психологии»**

Подведение итогов, награждение сертификатами участников.