

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ и НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА МОСКВЫ
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 73»
(ГКОУ СКОШИ № 73)
117638, г. Москва, Нахимовский проспект, д.6
Телефон: +7 (499) 613-17-22, e-mail: sk73@edu.mos.ru
ОКПО 58105436, ОГРН 1037700047813, ИНН/КПП 7726316374/772601001

Неделя ментального здоровья
«Забота о себе и других»
в ГКОУ СКОШИ № 73
(15.04.2024 – 22.04.2024)

Москва, 2024 год

ПСИХИЧЕСКОЕ (МЕНТАЛЬНОЕ) ЗДОРОВЬЕ* — состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества

ЗАДАЧИ НЕДЕЛИ ментального здоровья «Забота о себе и других»:

- Развивать механизмы произвольной саморегуляции
- Развивать механизмы эмоциональной саморегуляции
- Развивать навыки рефлексии
- Развить навыки планирования и целеполагания
- Формировать коммуникативные навыки
- Воспитывать дружеские отношения в детском коллективе, основанные на взаимоуважении, доброте и отзывчивости
- Развивать коммуникативные навыки и навыки конструктивного разрешения конфликтов
- Актуализация знаний и представлений участников образовательных отношений о возможностях применения в повседневной жизни достижений психологической науки, ее роли в организации образовательной среды.

КЛЮЧЕВЫЕ ИДЕИ

- ✓ От наших слов и поступков зависит то, как к нам будут относиться другие
- ✓ Уважение к другим начинается с уважения к себе
- ✓ Все люди разные и каждый человек уникален
- ✓ Важно уметь договориться с другим, чтобы избежать конфликтов
- ✓ Планируй свои действия сегодня, чтобы стать успешным завтра
- ✓ Относись к другим так, как хотел бы, чтобы относились к тебе
- ✓ Не оставайтесь наедине со своими проблемами, всегда есть люди, готовые помочь

Календарный план.

Время, место проведения	Название мероприятия	Участники	Ответственные
<i>Акция «Задай вопрос психологу» (действует в течение всей Недели психологии)</i>			
15 апреля понедельник ДЕНЬ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ			
В течение дня	<i>Психологическая акция «Цвет дня»</i> Организаторы мероприятия на входе в образовательную организацию просят обучающихся и педагогов оценить свое настроение, выбирают фигуру того цвета, который больше всего передает их состояние (настроение)	1-9 классы	Педагоги-психологи, социальные педагоги
10.40-11.15 кабинет 110	Доска эмоций	1Е класс	Педагог – психолог Ю.А. Позднякова
13.30 – 14.10 кабинет 401	<i>Тренинговое занятие «Дружи как супергерой»</i>	2Б класс	Педагог – психолог А.А. Клепцова
13.15-14.55 кабинет 207	Занятия-практикумы «Я учусь принимать решения»	7 «Б» класс	Социальный педагог Е.С. Романенко
16.00 – 16.40 кабинет 401	Доска эмоций	1Г класс	Педагог – психолог А.А. Клепцова
16.00-16.40 кабинет 407	<i>Тренинговое занятие «Ответственный выбор»</i>	6А класс	Педагог - психолог М.В. Пышина
17.00-17.40 кабинет 118	<i>Тренинг «Способы саморегуляции»</i>	9В класс	Педагог - психолог С.В.Горнова

**16 апреля вторник
ДЕНЬ ЗАБОТЫ О СЕБЕ**

В течение дня	Конкурс селфи «Зарядись позитивом» Участники представляют селфи, на котором они должны выглядеть максимально счастливыми.	1-4 классы	Дети, родители, классные руководители, воспитатели, тьюторы, педагоги-психологи
12.10-12.50 Библиотека	Игровые занятия «Мир согласия и доверия»	4 «А», 4 «Б» классы	Социальный педагог П.К. Горнова
9.40 – 10.40	Необычные физкультминутки	1 - 2 классы	Педагоги – психологи, классные руководители
13.30 – 14.10 кабинет 116	Доска эмоций	1Д класс	Педагог – психолог А.Д. Домашкевич
14.20-15.00 кабинет 110	<i>Практическое занятие «Мои эмоции и чувства»</i>	1А класс	Педагог – психолог А.Е. Наумова
15.00 - 15.40 кабинет 407	<i>Тренинговое занятие «Приумножь добро»</i>	4А класс	Педагог - психолог М.В. Пышина
16.00-16.40 кабинет 407	<i>Тренинговое занятие «Ответственный выбор»</i>	6Б класс	Педагог - психолог М.В. Пышина
17.00 – 17.40 Кабинет 118	<i>Тематическая беседа «Особенности моего возраста»</i>	7 Б класс	Педагог - психолог С.В.Горнова

**17 апреля среда
ДЕНЬ ДРУЖЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ**

12.10-12.50 кабинет 207	<i>Игровые занятия</i> «Мир согласия и доверия»	4 «В», 4 «Г» классы	Социальный педагог П.К. Горнова
13.15-14.55 кабинет 215	<i>Занятия-практикумы</i> «Я учусь принимать решения»	7 «В» класс	Социальный педагог Е.С. Романенко
13.30-14.10 кабинет 407	<i>Тренинговое занятие</i> «Саморегуляторы»	3В класс	Педагог - психолог М.В. Пышина
14.40-15.20 кабинет 118	<i>Тренинг</i> «Способы саморегуляции»	9А класс	Педагог - психолог С.В.Горнова
15.00 – 15.40 кабинет 401	<i>Тренинговое занятие</i> «Дружи как супергерой»	2А класс	Педагог – психолог А.А. Клепцова
16.00-16.40 библиотека	<i>Тематическая беседа</i> «Особенности моего возраста»	8А класс	Педагог – психолог Е.Ф. Вдовыдченко
17.00-17.40 кабинет 118	<i>Тренинговые занятия</i> «Ответственный выбор»	9Б класс	Педагог - психолог С.В.Горнова

**18 апреля четверг
ДЕНЬ ТВОРЧЕСТВА**

В течение дня	<i>Конкурс плакат</i> «Психологический плакат» Используя высказывания известных психологов, сделать коллаж	8-9 классы	Классные руководители, воспитатели, тьюторы
В течение дня	<i>Коллаж</i> «Позитивные картинки» Ребята на листе ватмана размещают вырезанные из журналов картинки, фотографии, которые вызывают улыбку / положительные эмоции у окружающих	5-7 классы	Классные руководители, воспитатели, тьюторы

13.15-14.55 кабинет 401	Занятия-практикумы «Я учусь принимать решения»	7 «А» класс	Социальный педагог Е.С. Романенко
13.15-13.50 библиотека	Занятия-практикумы «Толерантный мир»	5 «А», 5 «Г» классы	Социальный педагог П.К. Горнова
14.20- 15.00 кабинет 407	Тренинговое занятие «Сила спокойствия»	5А класс	Педагог - психолог М.В. Пышина
14.20- 15.00 кабинет 110	Тренинговое занятие «Саморегуляторы»	3А класс	Педагог – психолог А.Е. Наумова
15.00- 15.40 кабинет 326	Тренинговое занятие: «Приумножь добро»	3Г класс	Педагог – психолог Н.А. Сгибнева
14.40 – 15.20 кабинет 118	Тематическая беседа «Особенности моего возраста»	7 Б класс	Педагог - психолог С.В.Горнова
16.00-16.40 кабинет 214	Тренинговое занятие «Из чего состоит дружба»	6В класс	Педагог-психолог Н.Л. Иванкова
19 апреля пятница ДЕНЬ ДОБРЫХ ДЕЛ			
В течение дня	Психологическая акция «Добрые слова»	Администрация, педагоги, обучающиеся	Педагоги- психологи, социальные педагоги
	<i>Классный час</i> «О способах психологической поддержки» ▶ Какие способы поддержки существуют ▶ Каких действий стоит избегать ▶ Какие слова действительно выражают поддержку	5-9 классы	Классные руководители, педагоги- психологи
	<i>Классный час</i> «Властелин эмоций» (Сценарий классного часа «Властелин эмоций» (ID 2831348))	1-4 классы	Классные руководители, педагоги- психологи

14.20-15.00 кабинет 303	<i>Тренинговая игра «Какой я? Каким меня видят окружающие? Каким я хочу быть?»</i>	7А класс	Педагог – психолог Е.Ф. Вдовыдченко
15.00-16.00	<i>Подведение итогов</i>		Педагоги-психологи, социальные педагоги