



НЕДЕЛЯ ПСИХОЛОГИИ

ТЕМА: «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФИТНЕС»



В МОУ Г.ГОРЛОВКИ «ШКОЛА № 62» неделя психологии будет проходить с 18 апреля 2022 года по 21 апреля 2022 года с ЭО и ДОТ.

Психологический фитнес – это:

- искусство коррекции своей «психологической фигуры»;
- формирование индивидуальной «психологической осанки»;
- распрямление «психологического позвоночника», обретение силы и уверенности своего Я;
- мощная психологическая разгрузка.

«Прокачай» интеллект, стань лучшей версией самого себя!

Понедельник 18.04.2022 г.

Девиз «Жизнь без улыбки – просто ошибка»

Ознакомься с правилами безопасности в сети Интернет

1. Сидишь дома, тебе грустно? Подними себе настроение, поиграв в музыкальную игру «Чуча – Чача».

2. Узнай интересные факты об улыбке.

3. Профилактическое занятие для подростков «ТОЧКА ОПОРЫ»

4. Мультфильм о волшебстве улыбки «Крошка Енот»

5. Рекомендации для родителей по развитию стрессоустойчивости у детей

([Инфокарточки](#))

6. Фотокросс «Оригинальная улыбка» (нарисовать интересную улыбку, приложить ее к губам и сфотографироваться. Фото отправлять педагогу-психологу в группу в вк [по ссылке](#))



Вторник 19.04.2022 г.

Девиз «Закон достойных – творить добро»

1. Прочитай ["Что такое доброта?"](#)
2. Профилактическое занятие для обучающихся 5-8 классов ["Добрый квест"](#).
3. Фотокросс добрых дел. Сделай любое доброе дело, сфотографируй ,что было и что стало. Фото отправлять педагогу-психологу в группу в вк по ссылке. Например:



4. Мультфильм про доброту [«Просто так»](#)

5. Тест ["Выбери дерево"](#)

Среда 20.04.2022 г.

«Добрые дела украшают наш мир»

1. Видео, которое я предлагаю Вам посмотреть, пожалуй, самое лучшее о том, насколько волшебным, прекрасным и удивительным является Мир в котором мы с вами живем.

Каждый день, каждый час, каждую секунду мы находимся в Волшебстве, в Сказке, нас окружают Чудеса, но, к сожалению, осознаем мы это не всегда.

Сейчас мы хотим подарить вам несколько минут наслаждения от созерцания нашего восхитительного Мира.

Пожалуйста, сохраните это чувство трепета, радости и восхищения от увиденного, как можно дольше и чудесные преобразования в вашей жизни не заставят себя долго ждать!

[Видео «Радуйся чудесам жизни»](#)

2. [Пословицы и поговорки о доброте](#)

3. ["Профилактическое занятие](#) для обучающихся 9 класса по формированию стрессоустойчивости во время подготовки к экзаменам"

4. А теперь отдохни и поиграй в музыкальную [игру «Нука – нака»](#)

Четверг 21.04.2022 г.

Девиз «Смотри с любовью на мир, и он также будет смотреть на тебя»

Друзья!

1. Проверь свое чувство юмора. [Тест на чувство юмора](#)

2. Фотокросс «Лекарство от грусти» (Сфотографируйте, что повышает Вам настроение: например: Вы едите апельсин, читаете книгу, болтаете с друзьями, вяжете и т.д. Фото отправлять педагогу-психологу в группу в вк по ссылке.)
3. «Профилактическое занятие для обучающихся 5-9 классов ["Мои ресурсы"](#)
4. Посмотри мультфильм о том, что важно не во что ты играешь, а с кем и как ты это делаешь. [Мультфильм «Все успеть».](#)

Пятница 22.04.2022 г.

« Жизнь - это просто, порой, сложно, и всегда забавно»

1. Все еще грустишь? Устрой себе дискотеку, [потанцуй с нами.](#)
2. Друзья! [А вы знали об этом?](#)
3. [Проверь, миф или правда?](#)
4. Стенгазета для родителей ["Дерево"](#)
5. Предлагаем Вам потренировать свои вокальные и артикуляционные способности с [Диной Мигдал](#)