



План
проведення тижня психології
у Ніжинській гімназії №3
17.04. – 21.04.2023 рік
«П'ять днів у світі психології»



День	Зміст роботи	Цільова аудиторія	Відповідальний
17.04.2023 Понеділок День гарного настрою. Колір дня – червоний та всі його відтінки.  Червоний – вияв лідерських якостей, активності, впевненості.	1.Оголошення тижня психології (інформація на офіційному сайті гімназії, на інформаційних стендах, у вайбер-групах учнів) 2.Робота «Майстерні гарного настрою» (рекреація II поверху старшого блоку о 09:30, рекреація III поверху старшого блоку о 10:20) 3. Тренінгове заняття «Цінуй життя – воно прекрасне» (каб. 47 о 14:00) 4. Онлайн-флешмоб «Моя мрія»	Усі учасники освітнього простору Здобувачі освіти 5-9 класів, педагоги Учні 7-А класу Учні 4-х кл.	Практичний психолог, класні керівники 1-9 кл. Практичний психолог, активист 5-9 класів Практичний психолог Практичний психолог Класні керівники 4-х класів
18.04.2023 Вівторок День здорових емоцій Колір дня - зелений і всі його відтінки.  Зелений колір – колір природної гармонії. Він заспокоює нерви і до того ж корисний для очей.	1.Мотиваційна хвилинка «Подарунок від душі» (рекреація I поверху старшого блоку о 09:30, рекреація II поверху старшого блоку о 10:20, рекреація III поверху старшого блоку о 11:15) 2. Колаж «Автопортрет класу» 3.Тренінгове заняття «Діти та війна: техніки зцілення» (каб. 26 о 14:00) 4. Батьківський онлайн-лекторій «Моя дитина підліток» https://www.youtube.com/watch?v=11lnL_KSRu0 Онлайн -рекомендації батькам «Як пережити підліткову кризу. Небезпечні субкультури» Ресурс доступу: https://osvitoria.media/opinions/yak-perezhyty-pidlitkovu-kryzuinstruksiya-z-vyzhyvannya-dlya-batkiv/	Учні 5-9 кл.,педагоги Учні 7-9 класів Учні 8-А класу Батьки 5-9 класів	Практичний психолог Активист 7-9 класів Практичний психолог Рекомендації відомих психологів

19.04.2023 Середа День радості та підтримки Колір дня - жовтий і всі його відтінки  Жовтий традиційно вважається кольором авантюристів і людей, легких на підйом. Пробуджує жагу знань, стимулює прагнення пізнавати, вивчати, пізнавати щось нове. Спонукає кудись йти, їхати, вирушати в подорожі.	1. Перегляд відеоролику «Не втрачай оптимізму» https://www.youtube.com/watch?v=UrNngh4y1KU 2. Психологічна вправа «Дерево бажань» (рекреація II поверху старшого блоку протягом дня) 3. Психологічні ігри-руханки під час перерв (рекреація II поверху молодшого блоку о 11:15) 4. Тренінгове заняття «Особиста цінність та безпека» (каб. 43 о 14:00)	Учні 5-9 класів Учні 5-6 класів Учні 1-х класів Учні 8-Б класу	Практичний психолог Практичний психолог, класні керівники та активи 5-6 класів Практичний психолог, гімназійний менеджмент Практичний психолог
20.04.2023 Четвер День пізнання. Колір дня чорно-білий  Чорний символізує таємницю, глибину, а білий – незайманість, єдність, народження.	1. Панорама тестів «Пізнай себе» (рекреація II поверху старшого блоку о 09:30, рекреація III поверху старшого блоку о 10:20) 2. Перегляд мультфільму «Хто такий психолог» https://www.youtube.com/watch?v=3JIJeUitVvk&t=5s3 3. Профорієнтаційна розминка «Дізнайся про професію своєї мрії» (кабінет профорієнтації №28 о 11-15)	Учні 6-9 класів Усі учасники освітнього процесу Учні 9-А, 9-В класів	Практичний психолог Практичний психолог, класні керівники 9-А, 9-В кл.
21.04.2023 П'ятниця День натхнення Колір дня – синій і всі його відтінки.  Синій колір майже повністю гальмує будь-яку активність. Знижує тиск, температуру. Знижує робочу активність. Має заколисливий ефект.	1. Терапія кольором «Барви весни» (рекреація II поверху) 2. Кейс корисних рекомендацій батькам ПСИХОЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА: ЗАНЯТТЯ, ЯКІ ДОПОМОЖУТЬ ВІДНОВИТИ РЕСУРСНІСТЬ https://drive.google.com/file/d/16gQ4Otqj4sm9ZhLYKEfqd8sWA98tFAHH/view 3. Інформаційний релакс-куточок «Як зберегти своє психічне здоров'я» (учительська)	Учні 5-9 класів, педагоги Батьки 1-9 класів Педагоги Учні 5-9 класів, педагоги	Практичний психолог

	4. «Психологічна палітра» - фотозвіт, підсумки тижня, обмін думками (рекреація II поверху)		
--	--	--	--



Вітаю всіх творчих, активних, невгамовних, допитливих, креативних, цікавих до всього нового дітей та дорослих. **Із 17 по 22 квітня** у Ніжинській гімназії проходить тиждень психології під назвою: **«П'ять днів у світі психології»** Тому запрошую всіх охочих до співпраці та

конструктивного діалогу.

Тиждень буде проходити під гаслом: **«Свято треба носити із собою. Міркуйте позитивно, живіть активно».**



Кожен день буде присвячено певній тематиці та відповідній кольоровій гамі. Тому велике прохання, долучитися до нашого спільного кольорового флешмобу:

17.04.2023 Понеділок. День гарного настрою. Колір дня – червоний та всі його відтінки.

18.04.2023 Вівторок. День здорових емоцій . Колір дня - зелений і всі його відтінки.

19.04.2023. Середа. День радості та підтримки. Колір дня - жовтий і всі його відтінки

20.04.2023 Четвер. День пізнання. Колір дня чорно-білий

21.04.2023 П'ятниця. День натхнення. Колір дня – синій і всі його відтінки.

Також запрошую до **«Майстерні гарного настрою»**, де ви зможете:

- взяти участь у психологічних вправах-розминках;
- прокачати свій інтелект, пам'ять та увагу;
- подарувати на згадку про свій клас колаж «Автопортрет класу»,
- висловити свої бажання на «Деревці побажань», які обов'язково збудуться.



**Чекаю усіх охочих до подорожі у світ психології.
Практичний психолог Ніжинської гімназії №3**