

«Бекітемін»  
Директор  
«Негізгі орта мектебі  
білім бөлімінің Самарка ауылы  
Атбасар ауданы бойынша»КММ  
А.Н.Каршиков.



**Психология онкүндігіноткізу жоспары  
02.12 бастап. 06.12 бойынша. 2024 жыл  
тақырып бойынша: "Стресскеайт-жоқ!"».**

**Мақсаты:** "стресс", "қорқыныш" ұғымдарының анықтамасы.

Студенттерді стресстік жағдайларды жеңудің, одан шығудың әртүрлі тәсілдерін таныстыру.

**Міндеті:**

1. Балаларды оқытуға және олардың психологиялық денсаулығын сақтауға қолайлы атмосфера құру;
2. Балаларға өзін-өзі бақылаудағыларынигеруге көмектесу;
3. Кернеуді төмендетуге ықпал ету; стресстен қорғану

Апта күндері	Іс-шара	Қатысушылар	Жауаптылар
Түйсенбі <i>Күннің дәйексөзі:</i> "Өмірдің ең жақсы бөлігі - сендірілуі - керемет көңіл-күй!"	Психология апталығының ашылуы Сынып сағаты «Лудомания дегеніміз не?» 2. «Әлемге күлкі сыйла» фотобайқауы 3. «Көңіл-күйізімен» акциясы 4. Мектеп қоршауы – «Таза жүректен» акциясы	1-9 сынып оқушылары және педагогтар	Куспанова Ж.С., классные руководители
Сейсенбі <i>Күннің дәйексөзі:</i> "Мазасыздық кертені ұайымды алмайды, ал бүгінгі тыныштық талалады"	1. "Мектептің психологиялық портреті" акциясы ең көп. 2. "Трекер" психологиялық ойыны	1-9 сыныптар мен педагогтар  5-9 сыныптар	Куспанова Ж.С.
Сәрсенбі <i>Күннің дәйексөзі:</i> "Бізді стресс емес, бірақ деген реакциямыз өлтіреді!"	1. Психологиялық акция: «Ізгі тілектер лентасы» 2. 3. «Менің бақытты күнім» сурет байқауы	1 - 9 сыныптар 1-9 сыныптар және педагогтар	Куспанова Ж.С.
Бейсенбі <i>Күннің дәйексөзі:</i> "Ризашылық сіздің күйзеліс пен мазасыздықты азайту мүмкін"	1. «Психология әлемінде» педагогтар мен оқушылармен зияткерлік ойын 2. «Күпия дос» психологиялық акциясы	5-9 сынып оқушылары мен мектеп педагогтары	Куспанова Ж.С.
Жү <i>Күннің дәйексөзі:</i> "Жақсы болған кезде жақсы, бірақ керемет болған кезде де жақсы"	1. Рефлексия. Психология апталығын қорытындылау	1-9 сыныптар және педагогтар	Куспанова Ж.С.

Шығыс № 20  
01 12 24

«Утверждаю»  
Директор  
КГУ «Основная средняя школа  
села Самарка отдела образования  
по Атбасарскому району»  
А.И.Карпиков.



**План проведения декады психологии  
с 02.12. по 06.12. 2024 года  
на тему: «Скажи стрессу - нет!».**

**Цель:** определение понятия «стресс», «страх». Познакомить обучающихся с различными способами преодоления, выхода из стрессовых ситуаций.

**Задачи:**

1. Создание благоприятной атмосферы, способствующей обучению детей и сохранению их психологического здоровья;
2. Помощь детям в овладении навыками самоконтроля;
3. Способствовать снижению напряжения; защищаться от стрессов

День недели	Мероприятия	Участники	Ответственные
<b>Понедельник</b>  <i>Цитата дня:</i> «Лучшее украшение жизни — отличное настроение!»	1.Открытие недели психологии Классный час «Что такое Лудомания?» 2. Фотоконкурс «Подари улыбку миру» 3.Акция «По следам настроения» 4. Акция Школьный забор – «От чистого сердца...»	Учащиеся 1-9 классов и педагоги	Куспанова Ж.С, классные руководители
<b>Вторник</b>  <i>Цитата дня:</i> «Беспокойство не забирает завтрашние тревоги, оно забирает сегодняшнее спокойствие»	1.Акция «Психологический портрет школы «Самые – Самые.» 2.Психологическая игра «Следопыт»	1-9 класс и Педагоги  5-9 классы	Куспанова Ж.С
<b>Среда</b>  <i>Цитата дня:</i> «Нас убивает не стресс, а на наша реакция на него!»	1. Психологическая акция: «Ленточка добрых пожеланий» 2. 3. Конкурс рисунков «Мой самый счастливый день»	1 - 9 классы  1-9 классы и педагоги	Куспанова Ж.С
<b>Четверг</b>  <i>Цитата дня:</i> «Благодарность может уменьшить ваш стресс и тревоги	1..Интеллектуальная игра с педагогами и учащимися «В мире психологии» 2. Психологическая акция «Тайный друг»	Учащиеся 5-9 классов и педагоги школы	Куспанова Ж.С
<b>Пятница</b>  <i>Цитата дня:</i> «Хорошо, когда неплохо. Но и когда отлично, тоже очень хорошо»	1.Рефлексия. Подведение итогов недели психологии	1-9 классы и педагоги	Куспанова Ж.С

**Психология апталығын өткізу туралы есеп**  
**«Ақмола облысы білім басқармасының Атбасар ауданы бойынша білім бөлімі**  
**Самарка ауылының негізгі орта мектебі» КММ**  
**тақырып бойынша: «Стресске айт-жоқ!»**

**Мақсаты:** «стресс», «қорқыныш» ұғымдарының анықтамасы.

Студенттерді стресстік жағдайларды жеңудің, оданшығудың әртүрлі тәсілдерін таныстыру.

**Міндеті:**

1. Балаларды оқытуға және олардың психологиялық денсаулығын сақтауға қолайлы атмосфера құру;

2. Балаларға өзін-өзі бақылаудағыларынигеруге көмектесу;

3. Кернеуді төмендетуге ықпал ету; стресстен қорғану

Біздің мектепте психология апталығының ашылуын біз таңертеңнен бастап «көңіл-күйімізмен» психологиялық акциясынан бастадық.

Мектепке кіргендердің бәрі оның қандай көңіл-күймен келгенін көрсетуі керек еді. Кейбіріздерді басу «қуанышты», ал екіншісі «қайғылы». Акция өткізілгеннен кейін санақ жүргізіліп, көпшілігі мектепке қуанышты көңіл-күймен келгені анықталды.

Мектеп фойесінде психология апталығының тақырыбы бойынша пайдалы ақпаратты бар стенд рәсімделді.

Жиын өткізілді, онда оқушылар мен педагогтар психология апталығының жұмыс жоспарын танысты, соңында «ойыншоуы» шағын викторинасы өткізілді, оқушылар мен мұғалімдер сұрақтарға жауап берді, дұрыс жауаптар үшін Психология туралы жұмбақтар шешті, тәтті сыйлықтармен марапатталды.

Сондай-ақ, мектеп фойесінде «Таза жүректен» психологиялық қоршау жұмысістеді, онда оқушылар мен мұғалімдер бір-біріне жақсы тілектер айтты.

7-9 сынып оқушыларымен «Лудомания дегеніміз не?» олар көптеген пайдалы ақпарат алды және мұндай ойындардың алдына лубойынша көп тегену сыныстар алды.

Екінші күні әлеуметтанулық сауалнама: «Ең көп, ең көп» 1-9 сынып оқушылары белсенді қатысты. Оқушылар арасында анонимді дауыс беру өткізілді, олар мұғалімдерге «ең мейірімді мұғалім», «ең көңілді мұғалім», «ең жауапты мұғалім», «ең жауапты мұғалім», «Ең Креативті мұғалім» критерийлері бойынша номинациялар беруі керек еді. Психология апталығының жабылуында педагогтарға номинациялар бойынша грамоталар табысталды.

Мұндай акцияның мақсаты, ең алдымен, бірігу, бір-біріне деген құрмет және жағымды тілектер.

Үшінші күні «Ізгі тілектер лентасы» акциясы

Оқушылар өздерінің мейірімділігі мен қамқорлығын көрсеткен ізгі тілектерімен ленталар байлады.

Тілектер керемет болды балалар мен ересектерге өте ұнағаны анық болды, өйткені бәрі шын жүректен және сүйіспеншілікпен болды.

Акция соңында барлығына ұнады және тілектер болды, мұндай іс-шараларды жиі өткізу.

1-3-6 сынып оқушыларымен "Менің бақыт күнім"

тақырыбында суреттер байқауы өткізілді.

Белсенді қатысқаны үшін жақсы суреттер тәтті сыйлықтармен марапатталды.

Апта бойы "Құпия дос" психологиялық акциясы жұмыс істеді, бұл акцияға мектептің барлық тұрғындары қатысып, ересектерге, сыныптастарына алғыс білдіріп, көңіл бөлді.

Акцияны өткізу кезінде олардың барлығын шын жүректен және шын жүректен жазғаны байқалды.

### Мектеп мұғалімдері

мен

оқушыларына арналған «Психология әлемінде» зияткерлік ойыны.

Іс-шараның мақсаты: бір-бірін жақсы біліп, команданы біріктіріңіз;

- қызметкерлерде топтық жұмыс дағдыларын дамыту;
- командалық өзара әрекеттесудің оңтайлы схемаларын құру;
- командалық тиімділікті арттыру;
- бірлескен жұмысқа деген ынтаны арттыру;
- бірлескен шешім қабылдау стратегиясын пысықтау;
- эмоционалды ұйымшылдықты арттыру және ұжымда сенімділікті дамыту.

Іс-шара барысында мұғалімдер оқушылармен бірге командада түрлі жаттығулар жасап, талқылап, шығармашылық жұмыстар атқарды. Іс-шараны өткізу кезінде бір-біріне мейірімді қарым-қатынас, өзара түсіністік, өзара көмек атмосферасы орнады.

Психология апталығын жоспарлау кезінде мен әр іс-шара балалар мен ересектерде жағымды эмоциялар тудырып, қызығушылық танытып, одан әрі жемісті жұмыс жасауға ұмтылдым.

Мектеп директоры

А.Н. Карпиков

Психолог: Ж.С. Куспанова

**Отчет по проведению недели психологии  
в КГУ «Основная средняя школа села Самарка отдела образования  
по Атбасарскому району управления образования Акмолинской области»  
на тему: «Скажи стрессу - нет!»**

**Цель:** определение понятия «стресс», «страх».

Познакомить обучающихся с различными способами преодоления, выхода из стрессовых ситуаций.

**Задачи:**

1. Создание благоприятной атмосферы, способствующей обучению детей и сохранению их психологического здоровья;
2. Помощь детям в овладении навыками самоконтроля;
3. Способствовать снижению напряжения; защищаться от стрессов

Открытие недели психологии в нашей школе мы начали с самого раннего утра с психологической акции «По следам настроения». Каждый кто входил в школу должен был показать с каким настроением он пришел. Наступая на следы, которые были одни «радостное», а другое «грустное». После проведения акции провели подсчет и выяснилось, что большинство пришли в школу с радостным настроением.

В фойе школы оформлен стенд с полезной информацией по тематике недели психологии.

Проведена линейка, на которой учащиеся и педагоги ознакомились с планом работы недели психологии, в завершении проведена мини-викторина «Игровое шоу», учащиеся и учителями отвечали на вопросы, разгадывали загадки о психологии за правильные ответы были поощрены сладкими призами.

А так же в фойе школы функционировал психологический забор «От чистого сердца» на котором учащиеся и педагоги дарили друг другу добрые пожелания.

С учащимися 7-9 классов проведена беседа на тему: «Что такое Лудомания?» они получили много полезной информации и много рекомендации по профилактике таких игр.

Второй день социологический опрос: «Самые, самые...» активное участие приняли учащиеся с 1 по 9 классы. Проведено анонимное голосование среди учащихся, они должны были присвоить номинации педагогам по критериям: «Самый добрый учитель», «Самый веселый учитель», «Самый ответственный учитель», «Самый ответственный учитель», «Самый креативный учитель». На закрытии недели психологии педагогам были вручены грамоты по номинациям.

Цель такой акции, в первую очередь сплочение, уважение друг к другу и позитивные пожелания.

Третий день акция «Ленточка добрых пожеланий»

Учащиеся завязывали ленточки с добрыми пожеланиями, в которой они показали, свою доброту, заботу.

Пожелания были удивительными было видно, что ребятам и взрослым очень понравилось, потому что все было от души и с любовью.

В завершении акции всем понравилось и были пожелания, такие мероприятия проводить почаще.

С учащимися 1--6 классов проведен конкурс рисунков на тему: «Мой самый счастливый день» ребята нарисовали свои счастливые моменты. За активное участие лучшие рисунки были поощрены сладкими призами.

В течении всей недели действовала психологическая акция «Тайный друг», в этой акции приняли участие все жители школы, писали письма взрослым, одноклассникам, в которых они выражали свою благодарность, внимание. При проведении акции, было заметно, что они писали все искренне и от души.

Интеллектуальная игра «В мире психологии» для педагогов и учащихся школы.

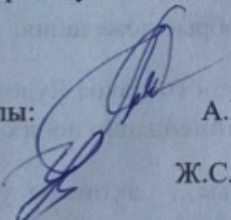
Целью мероприятия :. лучше узнать друг друга, сплотить команду;

- развить у сотрудников навыки командной работы;
- выстроить оптимальные схемы командного взаимодействия;
- повысить командную эффективность;
- повысить мотивированность на совместную работу;
- отработать стратегию совместного принятия решений;
- повысить эмоциональную сплоченность и развить доверие в коллективе.

В ходе мероприятия учителя вместе с учащимися в команде выполняли различные упражнения, обсуждали, выполняли творческую работу. При проведении мероприятия царил атмосфера доброжелательного отношения друг к другу, взаимопонимание, взаимовыручка.

При планировании недели психологии я стремилась, чтобы каждое мероприятие вызвало у детей и взрослых положительные эмоции, заинтересовало и настраивало на дальнейшую плодотворную работу.

Директор школы:

 А.Н Карпиков

Психолог:

Ж.С.Куспанова