муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Школа № 72», МАОУ «Школа № 72»
344049, пр-кт Солженицына, 13/3, maoy_shool_72@mail.ru,
ОКПО 73779439, ИНН/КПП 6168120997/616801001

ОСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ПСИХОЛОГИИ

«ПСИХОЛОГИЯ РЯДОМ: ПОНИМАЮ СЕБЯ – ПОНИМАЮ ДРУГИХ»

Составитель:

Десятова В.А., педагог-психолог

2026-2027 учебный год

Ростов — на — Дону

План осенней Недели психологии

«ПСИХОЛОГИЯ РЯДОМ: ПОНИМАЮ СЕБЯ – ПОНИМАЮ ДРУГИХ»

на 2026-2027 учебный год

Сроки проведения: с 23.11.2026 - 27.11.2026
Целевая аудитория: обучающиеся 1–11 классов, педагогические работники, родители (законные представители), администрация школы.
Ответственный: педагог-психолог образовательной организации

Цель:

Создание условий для сохранения и укрепления психологического благополучия обучающихся, формирования психологически безопасной и доброжелательной образовательной среды, развития навыков саморегуляции, конструктивного общения, взаимопомощи и позитивного отношения к себе и окружающим.

Задачи:

- Повысить уровень психологической культуры обучающихся;
- Познакомить школьников с доступными способами управления эмоциональным состоянием;
- Развивать навыки распознавания и выражения эмоций;
- Формировать навыки конструктивного общения;
- Развивать эмпатию, взаимопонимание и уважительное отношение к другим;
- Способствовать укреплению благоприятного социально-психологического климата в классных коллективах;
- Формировать навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- Развивать жизнестойкость и способность обращаться за помощью;
- Повышать психологическую компетентность педагогов и родителей;
- Познакомить обучающихся с деятельностью школьного педагога-психолога;
- Создать условия для свободного и безопасного общения детей и взрослых;
- Выявить актуальные психологические запросы участников образовательного процесса.

ПОНЕДЕЛЬНИК. День 1: «Открытие Недели психологии»

Тема: Знакомство с программой, создание позитивной эмоциональной атмосферы и актуализация представлений школьников о собственных эмоциях и психологическом состоянии.

День недели	Темы и формы мероприятий	Контингент участников	Описание
Понедельник «Я и моё настроение» **Открытие Недели психологии** Знакомство с программой, создание позитивной эмоциональной атмосферы и актуализация представлений школьников о собственных эмоциях и психологическом состоянии.	Открытие Недели психологии	Обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители), администрация школы	Приветствие, объявление и информационный стенд школы
	Информационный стенд «Психология рядом: понимаю себя – понимаю других»	Обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители), администрация школы	Стенд с актуальной информацией, состоящий из 8 памяток-плакатов с целью просвещения обучающихся, родителей, педагогических работников.
	Интерактивная информационная памятка для учащихся, родителей и педагогов «Осенняя Неделя психологии 2026»	Обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители), администрация школы.	Рассказ о осенней Неделе психологии в социальных сетях
	Психологическая акция «Дерево настроения»	Обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители), администрация школы.	Учащимся предлагается выбрать листочек определённого цвета и написать на нём одно слово, характеризующее их настроение.
	Мини-занятие «Какое у меня сегодня настроение?»	Обучающиеся 1-4 классов	Интерактивное занятие, направленное на развитие эмоционального интеллекта, навыков распознавания и выражения эмоций, а также формирования представлений о безопасных способах эмоциональной саморегуляции.
	Мини-тренинг «Я понимаю себя»	Обучающиеся 5-9 классов	Мини-тренинг, направленный на формирование у подростков навыков понимания собственных эмоций, распознавания эмоциональных сигналов, использования доступных способов саморегуляции и осознания личных ресурсов.
	Мини-лекция «Эмоции – это сигналы»	Обучающиеся 10-11 классов	Мини-лекция с элементами беседы и практическими упражнениями

ВТОРНИК: День 2: «Я понимаю других»

Тема: Развитие эмпатии, коммуникативной культуры и навыков конструктивного взаимодействия.

День недели	Темы и формы мероприятий	Контингент участников	Описание
Вторник **Я понимаю других** Развитие эмпатии, коммуникативной культуры и навыков конструктивного взаимодействия	Психологическая акция «Подари улыбку»	Обучающиеся 1-11 классов, педагогические работники, родители (законные представители), администрация школы.	Создание доброжелательной психологической атмосферы в образовательной организации, развитие позитивного эмоционального общения, взаимной поддержки и культуры добрых поступков.
	Игровое путешествие «По тропинкам Дружбы».	Обучающиеся 1-4 классов	Дети станут командой исследователей, получат карту и пройдут пять игровых испытаний. В каждом испытании они будут открывать один секрет дружбы: внимание, понимание чувств, добрые слова, умение договариваться и взаимопомощь.
	Памятка «Навыки конструктивного взаимодействия»	Обучающиеся 5-11 классов	Развитие навыков конструктивного взаимодействия в школе, дома, в сети и в жизни
	Семинар для педагогов «Профилактика конфликтных ситуаций в подростковой среде»	Педагоги	Лекция, направленная на ознакомление педагогов с понятием конфликта и способами разрешения конфликтных ситуаций
	Родительский интенсив «Слышу, понимаю, поддерживаю»	Родители обучающихся 1-11 классов	Родительский практический интенсив, направленный на развитие гармонии в общении родителей и детей: как слышать друг друга, понимать чувства и сохранять доверие даже в сложных ситуациях.
	Памятка для родителей «7 шагов к гармонии в общении родителей и детей»	Родители (законные представители) обучающихся	Памятка о гармоничном общении родителей и детей

СРЕДА: День 3: «Мои ресурсы»

Тема: Актуализация личностных ресурсов, развитие навыков саморегуляции и жизнестойкости.

Среда **Мои ресурсы** Актуализация личностных ресурсов, развитие навыков саморегуляции и жизнестойкости	Психологическая акция «Мои ресурсы»	Обучающиеся 1-11 классов	Каждый обучающийся выбирает один или несколько ресурсов, которые помогают ему справляться с трудностями
	Психологическая акция «Моя волшебная коробочка»	Обучающиеся 1-4 классов	Индивидуальное творческое упражнение в рамках общешкольной психологической акции
	Психологическое занятие «Мои ресурсы: что мне помогает справляться с трудностями»	Обучающиеся 5-8 классов	Психологическое занятие с элементами тренинга, беседой, индивидуальной работой и рефлексией
	Психологический тренинг	Обучающиеся 9-11 классов	Психологический тренинг с элементами самоанализа, группового обсуждения и индивидуальной практической работы
	Мини-практикум «Ресурс педагога»	Педагоги	Практическое занятие с элементами тренинга, самоанализа и релаксации
	Памятка-плакат «Мои ресурсы»	Обучающиеся 5-11 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Плакат «Алгоритм Стоп - поддержи себя»	Обучающиеся 5-11 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Памятка – плакат для педагогов «Сильный педагог – вдохновляющие дети»	Педагоги	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Памятка – плакат для родителей (законных представителей) «Счастливые родители – счастливые дети»	Родители (законные представители)	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся

Четверг. День 4: «Мы вместе»

Тема: Формирование благоприятного психологического климата в классах и школьном коллективе.

Четверг **Мы вместе** Формирование благоприятного психологического климата в классах и школьном коллективе	Психологическая акция «Комплимент без оценки внешности»	Обучающиеся 1-11 классов, педагогические работники	Психологическая акция, направленная на развитие доброжелательного общения, эмоциональной грамотности и позитивного отношения друг к другу
	Игровое занятие «Дружный класс»	Обучающиеся 1-4 классов	Занятие с элементами игровых заданий и упражнений
	Памятка-плакат «Правила дружного класса»	Обучающиеся 1-4 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Психологический тренинг «Мы – команда»	Обучающиеся 5-7 классов	Групповой психологический тренинг с игровыми упражнениями, заданиями на сотрудничество и рефлексией.
	Памятка-плакат «Как правильно общаться?»	Обучающиеся 5-7 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Интерактивная лекция	Обучающиеся 8-11 классов	Интерактивная лекция с элементами беседы и практическими заданиями
	Памятка-плакат «7 правил комфортного класса»	Обучающиеся 8-11 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Памятка-плакат «Психологически безопасная образовательная среда: что зависит от нас?»	Педагоги	Памятка-плакат для стенда школы с целью повышения педагогической компетентности педагогов

ПЯТНИЦА. День 5: «Психология рядом. Закрытие Недели психологии».
Тема: Подведение итогов, закрепление полученных навыков, повышение информированности о психологической помощи.

Пятница **Психология рядом. Закрытие Недели психологии** Подведение итогов, закрепление полученных навыков, повышение информированности о психологической помощи	Психологическая акция «Пять шагов психологического благополучия»	Обучающиеся 1-11 классов	Памятка-плакат для стенда школы с целью просвещения обучающихся
	Итоговая акция «Я беру с собой»	Обучающиеся 1-11 классов	Психологическая акция с целью помочь учащимся осмыслить полученный опыт
	Информационный стенд «Психологическая аптечка помощи»	Обучающиеся 1-11 классов	Стенд с актуальной информацией, состоящий из 3 памяток-плакатов с целью просвещения обучающихся.
	Закрытие недели. Рефлексия	Педагоги, родители, ученики	Подведение итогов, планы на будущее.