


 Утверждаю  
 Директор \_\_\_\_\_ И.Г. Бобкова  
 «21» октября 2020 г.

**План декады психологического здоровья в ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», ноябрь 2020**

№	Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
<b>День первый «Декада позитива»</b>					
1	Статья-анонс на официальный сайт КПК о Декаде, о значимости психологического здоровья, его составляющих	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина	Сайт Instagram Вк	
2	Посты с картинками-мотиваторами Вконтакте	Студенты Педагоги	МЦ «Банан» Кураторы	Беседа Вк	Рассылка в беседы групп Вк
3	Анонс творческого конкурса «Ориентир на позитив»	Студенты 1 курса	Специалисты ППС	Сайт Instagram Вк	Для студентов 1 курса
<b>День второй «День улыбки»</b>					
1	Статья «Улыбаться полезно»	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина	Сайт Вк Instagram	Рассылка в беседы групп Вк
2	Интернет-флешмоб «Дарю улыбку»	Студенты Педагоги	Педагог-психолог Е.Л. Жулдыбина МЦ «Банан» МО «Ювентис» Е.Яцканич (42 группа)	Группа Вк «Будь в Теме»	1. Размещение селфи с улыбкой в фотоальбоме группы Вк «Будь в Теме» 2. Создание и размещение Вк ролика «Наши улыбки»
3	Рассылка «10 фактов про улыбку»	Студенты Педагоги	Актив ППС	Групповые беседы Вк	Рассылка в беседы групп Вк
<b>День третий «3D – День Добрых Дел»</b>					
1	Онлайн-акция Вк «В гости с позитивом»	Студенты Кураторы	Специалисты ППС, Кураторы актив ППС	Групповой звонок Вк	1. В каждой группе выбирают представителя, который должен «пойти» в гости в беседу в другую группу. 2. Проводится жеребьевка между

					<p>группами (кто в какую группу идет)</p> <p>3. Представитель после предварительной договоренности о времени организует групповой звонок в беседе выпавшей после жеребьевки группы.</p> <p>4. Рассказать о фильмах для настроения (формат любой, можно презентации, выборочно видеофрагменты и пр.)</p>
2	Статья о деятельности студентов-волонтеров движения «МыВместе!»	Студенты Педагоги Родители	Зам по ВР С.А. Шмидт Руководитель газеты «Зеркало» К.С. Коркина, ВО «Ювентис»	Сайт Вк Instagram	Рассылка в группы Вк
3	Флешмоб Вконтакте #ПростоТакКПК	Студенты Педагоги	Председатель студенческого профкома А.Ф. Бузмакова Студпрофком Кураторы	Вк	Рассылка в личных сообщениях и размещение позитивных картинок на своих страницах Вк с хештегом #ПростоТакКПК
День четвертый «День цветного настроения»					
1	Рассылка «Жизнь в позитивных тонах»	Студенты Педагоги	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Актив ИПС	Вк	Рассылка в беседы Вк
2	Онлайн-тестирование «Выявление уровня невротизации» Хека и Хесса	Студенты	Педагоги-психологи Е.Л. Жулдыбина Л.Ю. Никулина	Гугл Форм	
3	Акция «Музыкальный тайм-аут»	Студенты Педагоги	Руководитель педотряда «Ювентис» Л.С. Захарова Педотряд «Ювентис»	Вк	Подборка жизнеутверждающих музыкальных композиций, рассылка Вк
День пятый «День вкусных эмоций»					
1	Статья «Настроение на кухонном	Студенты	Педагог-психолог	Сайт	Рассылка в группы Вк

	столе»	Педагоги Родители	Л.Ю. Никулина МЦ «Банан»	Вк Instagram	
2	Мастер-класс «Делюсь рецептом»	Студенты Кураторы	Кураторы групп	Zoom	Рассказ онлайн куратора о любимом блюде (можно с фото, видео)
3	Тест-предсказание «Волшебная цифра»	Студенты Педагоги	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Кураторы	Вк	Рассылка теста в беседы Вк
День шестой «День ярких впечатлений»					
1	Подборка «ТОП-5 интернет-порталов для хорошего настроения»	Студенты Кураторы	Председатель студенческого профкома А.Ф. Бузмакова Студпрофком Кураторы	Вк Instagram	Рассылка в беседы Вк
2	Статья «Книги для души»	Студенты Педагоги Родители	Педагог-библиотекарь Н.Н. Дружкова	Сайт Instagram	
3	Онлайн-анкетирование «Уровень психологического комфорта»	Студенты	Педагоги-психологи Л.Ю. Никулина Е.Л. Жулдыбина	Гугл-форм	
День седьмой «День физической активности»					
1	Видеозарядка «Позитивная гимнастика для лица»	Студенты Педагоги	Руководитель СК «Олимп» Н.А. Шмакова СК «Олимп»	Вк	Рассылка видео в беседы групп
2	Онлайн-акция «Говорящая стена Олимпа»	Студенты	Руководитель СК «Олимп» Н.А. Шмакова СК «Олимп»	Вк	Размещение Вк цитат по определенной теме, интересных фактов из области спорта и ЗОЖ
3	Онлайн - игра «Вышибалы»	Студенты	Руководитель СК «Олимп» Н.А. Шмакова СК «Олимп»	Вк	Выбор из предложенных вариантов видов спорта наименее понравившегося и указание соответствующего номера в комментарии или голосование в опросе с целью выявления самого популярного вида спорта у студентов

					КПК
День восьмой «День настоящей дружбы»					
1	Рассылка фотоцитат о дружбе	Студенты Педагоги	Клуб студенческих наставников «Канва-СН» Кураторы групп	Вк	Рассылка в беседы групп
2	Киноурок «Счастье на ладони»	Студенты 1-4 курса	Социальный педагог С.Ю. Шамшина Актив ППС	Вк	
3	Онлайн-встреча с О.В. Мищенко, руководителем ресурсного центра областного Центра помощи детям, по теме «Профилактика буллинга»	Студенческий актив	Зам по ВР С.А. Шмидт Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Кураторы	Zoom	Мероприятие на платформе Zoom с участием представителей студенческого актива ППС, старост и культоргов от каждой группы
День девятый «День саморегуляции»					
1	Статья «Скажи стрессу НЕТ!» (конструктивные способы снятия нервного напряжения)	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина МЦ «Банан»	Сайт Вк Instagram	
2	Онлайн-опрос «Как ты справляешься с плохим настроением?»	Студенты	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Актив ППС	Гугл Форм	
3	Онлайн-мероприятие «Всё в наших руках»	Студенты 1 курса Студенты-наставники 4 курс	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Клуб студенческих наставников «Канва-СН»	Беседы 1 курса Вк	Наставники из групп 4 курса проводят онлайн-мероприятия в групповых беседах Вк 1 курса
День десятый «День благодарности»					
1	Акция «Слова признательности»	Студенты Педагоги	Зам по ВР С.А. Шмидт Кураторы групп Педагоги КПК	Вк	1. Личные сообщения Вк любимым педагогам со словами благодарности с обязательной обратной связью. 2. Впечатления преподавателей в групповой беседе.
2	Фотоакция «Спасибо, что вы есть!»	Студенты	МЦ «Банан»	Вк	Размещение снимков с родственниками в фотоальбоме группы «Будь в Теме»

3	Онлайн-пятиминутка «С благодарностью...»	Студенты	Кураторы групп	Вк	После вводных слов о важном умении быть благодарными дать возможность высказаться студентам, кому и за что они благодарны в жизни
4	Подведение итогов конкурса «Ориентир на позитив»	Студенты 1 курса	Специалисты ППС Актив ППС Председатель студпрофкома А.Ф. Бузмакова	Сайт Instagram Вк	Грамоты и подарки от студенческого профкома за 1, 2 и 3 место
5	Статьи по итогам декады психологического здоровья	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина, Руководитель газеты «Зеркало» К.С. Коркина, МЦ «Банан»	Сайт Газета «Зеркало» Instagram Вк	

**Дополнительно на протяжении всей декады психологического здоровья**

№	Мероприятие	Целевая аудитория	Форма трансляции	Ответственный
1	Онлайн-занятия кружка «Твой выбор» по профилактике деструктивного поведения	Группы 1 курса (кроме группы 12)	Вк	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина
2	Онлайн-заседание клуба саморазвития «Ресурс»	Студенты с инвалидностью и ОВЗ	Вк	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина
3	Онлайн-заседание клуба «Канва-СН»	Студенческие наставники	Вк	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина
4	Онлайн-занятие клуба самопознания «Креатив»	Студенты	Вк	Педагог-психолог Е.Л. Жулдыбина
5	Онлайн-заседания литературного клуба «ПРОчтение»	Студенты, проживающие в общежитии	Вк	Зам по ВР С.А. Шмидт
6	Онлайн-тренировки в клубе любителей спортивных танцев «Олимп-денс»	Студенты	Zoom	Руководитель клуба «Олимп-денс» А. Алентьева (группа 20)
7	Онлайн-заседания клуба социальной адаптации «Мы вместе»	Дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей и лица из их числа	Вк	Социальный педагог С.Ю. Шамшина
8	Онлайн зарядки «Бодрое утро с Олимпом!»	Студенты Педагоги	Вк	ССК «Олимп», руководитель Н.А. Шамакова

9	Виртуальные экскурсии по музеям и выставочным центрам области, страны и мира	Студенты Педагоги	Вк	Зам по ВР С.А. Шмидт Кураторы
10	Онлайн-тренировки спортивных секций (баскетбол, волейбол, настольный теннис, легкая атлетика, полиатлон)	Студенты	Zoom	Руководители спортивных секций: А.Ж. Байбатыров Г. А. Катайцев Т.М. Степанова
11	Онлайн флешмоб «Вдали от колледжа» (публикации студентов о времяпровождении на период дистанционного обучения)	Студенты	Вк	Студенческая профсоюзная организация, клуб студенческих лидеров «Правозащитник», руководитель А.Ф. Бузмакова
12	Разработка и реализация социально-значимого проекта «Антипресс»	Студенты	Вк	Зам по ВР Шмидт С.А., студенческий совет колледжа: Яцканич Е., Лаптева А., Лихачева Н.
13	Реализация проекта «Через творчество к себе»	Студенты Педагоги	Вк	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина, преподаватель С.А. Степанова
14	Индивидуальные коррекционные занятия	Студенты	Вк, Zoom, Viber, Skype	Педагоги-психологи Л.Ю. Никулина Е.Л. Жулдыбина Социальный педагог С.Ю. Шампина
15	Индивидуальное и групповое консультирование: - «Спроси у психолога» - «Спроси у социального педагога»	Студенты Педагоги Родители	Вк, Zoom, Viber, Skype	Педагоги-психологи Л.Ю. Никулина Е.Л. Жулдыбина Социальный педагог С.Ю. Шампина

Согласовано:  
Зам. директора по ВР



С.А. Шмидт