



Декада психологического здоровья в режиме дистанционного обучения в учреждениях ПОО





Ответственные, исполнители

- Зам по ВР
- Педагоги-психологи
- Социальный педагог
- Кураторы групп
- Клуб студенческих наставников «Канва-СН»
- Педагогический отряд «Ювентис»
- Спортивный клуб «Олимп»
- ВО и МО «Ювентис»
- Студенческий профком
- Студенческая газета «Зеркало»
- МЦ «Банан»
- Актив ППС
- Студенческий актив в группах
- Педагоги-предметники





В.В. Путин

- *«Получить знания — это непросто, но это все-таки вторично по сравнению с воспитанием человека, с тем, чтобы он должным образом относился и к себе самому, и к своим друзьям, к семье, к родине — это абсолютно фундаментальные вещи и только на этой базе можно рассчитывать на то, чтобы человек стал полноценным»*





Форма трансляции

- Вконтакте
- Instagram
- Zoom
- eTutorium
- Viber
- WhatsApp
- Skype
- Google Forms
- Сайт
- Газета «Зеркало»
- По телефону





Виды мероприятий

- Онлайн-мероприятия
- Интернет-линейки
- Мотивационные пятиминутки
- Флешмобы
- Акции, фотомарафоны
- Онлайн мастер-классы
- Конкурсы
- Онлайн-игры
- Контент на сайте, группах социальных сетей, газете «Зеркало»
- Интернет-тестирование
- Консультирование и коррекция онлайн
- Почта доверия





Целевая аудитория

- Студенты
- Первокурсники
- Выпускники
- Категория студентов «Дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, и лица из их числа»
- Категория студентов «Инвалиды и лица с ОВЗ»
- Члены клубных объединений
- Студенческий актив
- Педагоги
- Родители, законные представители



День первый «Декада позитива»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Статья-анонс на сайт о Декаде, о значимости психологического здоровья	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина МЦ «Банан»	Сайт Instagram Вк	
Арт-марафон «Выше нос!»	Студенты Педагоги	МЦ «Банан» Кураторы	Беседа Вк	Рассылка картинок-мотиваторов в беседы групп Вк
Анонс творческого конкурса «Ориентир на позитив»	Студенты	Специалисты ППС Актив ППС	Сайт Instagram Вк	Анонсируют специалисты ППС через групповой звонок Вк



День второй «День улыбки»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Статья «Улыбаться полезно»	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина	Сайт Вк Instagram	Рассылка в беседы групп Вк
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 «Будь в Теме» 2. Создание и размещение Вк ролика «Наши улыбки»
Фото-агитка «10 фактов про улыбку»	Студенты Педагоги	Актив ППС	Групповые беседы Вк	Рассылка в беседы групп Вк



День третий «3D – День Добрых Дел»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Онлайн-акция Вк «В гости с мотивацией»	Студенты Кураторы	Специалисты ППС, Кураторы культурги	Групповой звонок Вк	Представители групп «идут» в гости в беседу других групп. Цель: пиар мотивационного х/ф
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
Флешмоб Вконтакте #ПростоТакКПК	Студенты Педагоги	Председатель студенческого профкома А.Ф. Бузмакова Студпрофком Кураторы	Вк	Рассылка в личных сообщениях и размещение позитивных картинок на страницах друзей Вк с хештегом #ПростоТакКПК



День четвертый «День цветного настроения»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Рассылка «Жизнь в позитивных тонах»	Студенты Педагоги	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Актив ППС	Вк	Рассылка в беседы Вк
Онлайн-тестирование «Выявление уровня невротизации» Хека и Хесса	Студенты 1-4 курса	Педагоги-психологи Е.Л. Жулдыбина Л.Ю. Никулина	Google Forms	1. Обработка результатов 2. Рассылка кураторам рекомендаций
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»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Статья «Настроение на кухонном столе»	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина МЦ «Банан»	Сайт Вк Instagram	Рассылка в группы Вк
Мастер-класс «Делюсь рецептом»	Студенты Кураторы	Кураторы групп	Zoom	Рассказ онлайн куратора о любимом блюде (можно с фото, видео)
Тест-предсказание «Волшебная цифра»	Студенты Педагоги	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Кураторы	Вк	Рассылка теста в беседы Вк



День шестой «День ярких впечатлений»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Подборка «ТОП-5 интернет-порталов для хорошего настроения»	Студенты Кураторы	Председатель студенческого профкома А.Ф. Бузмакова Студпрофком Кураторы	Вк Instagram	Рассылка в беседы Вк
Статья «Книги для души»	Студенты Педагоги Родители	Педагог-библиотекарь Н.Н. Дружкова	Сайт Instagram	
Онлайн-анкетирование «Уровень психологического комфорта»	Студенты 1-4 курса	Педагоги-психологи Л.Ю. Никулина Е.Л. Жулдыбина	Google Forms	1. Обработка результатов 2. Рассылка рекомендаций кураторам



День седьмой «День физической активности»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Видеозарядка «Позитивная гимнастика для лица»	Студенты Педагоги	Руководитель СК «Олимп» Н.А. Шмакова СК «Олимп»	Вк	Рассылка видео в беседы групп
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
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»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Рассылка фотоцитат о дружбе	Студенты Педагоги	Клуб студенческих наставников «Канва-СН» Кураторы групп	Вк	Рассылка в беседы групп
Киноурок «Счастье на ладони»	Студенты 1-4 курса	Социальный педагог С.Ю. Шамшина Актив ППС	Вк	
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»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Статья «Скажи стрессу НЕТ!» (конструктивные способы снятия нервного напряжения)	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина МЦ «Банан»	Сайт Вк Instagram	Рассылка в беседы Вк
Онлайн-опрос «Как ты справляешься с плохим настроением?»	Студенты	Педагог-психолог Л.Ю. Никулина Актив ППС	Google Forms	
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»

Мероприятие	Целевая аудитория	Ответственные	Форма трансляции	Примечания
Акция «Слова признательности»	Студенты Педагоги	Кураторы групп Педагоги КПК	Вк	Сообщения Вк любимым педагогам со словами благодарности
Фотоакция «Спасибо, что вы есть!»	Студенты	МЦ «Банан»	Вк	Размещение снимков с родственниками в фотоальбоме «Будь в Теме»
Интернет-линейка «С благодарностью...»	Студенты	Кураторы групп	Вк	Дать возможность высказаться студентам, кому и за что они благодарны
Подведение итогов конкурса «Ориентир на позитив»	Студенты 1 курса	Специалисты ППС Актив ППС Студпрофком	Сайт Instagram Вк	Грамоты и подарки от студенческого профкома
Статьи по итогам декады психологического здоровья	Студенты Педагоги Родители	Педагог-психолог «Зеркало» МЦ «Банан»	Сайт, газета «Зеркало» Instagram, Вк	





В течение всей декады

- Онлайн-занятия кружка «Твой выбор» по профилактике деструктивного поведения
- Онлайн-заседание клуба саморазвития «Ресурс» (инклюзия)
- Онлайн-заседание клуба «Канва-СН»
- Онлайн-занятие клуба самопознания «Креатив»
- Онлайн-заседания литературного клуба «PROчтение»
- Онлайн-тренировки в клубе любителей спортивных танцев
- «Олимп-денс»
- Онлайн-заседания клуба социальной адаптации «Мы вместе» (опека)
- Онлайн зарядки «Бодрое утро с Олимпом!»





В течение всей декады

- Виртуальные экскурсии по музеям и выставочным центрам области, страны и мира
- Онлайн-тренировки спортивных секций (баскетбол, волейбол, настольный теннис, легкая атлетика, полиатлон)
- Онлайн флешмоб «Вдали от колледжа» (публикации студентов о времяпровождении на период дистанционного обучения)
- Разработка и реализация социально-значимого проекта «Антипресс»
- Реализация проекта «Через творчество к себе»





В течение всей декады

- Индивидуальные коррекционные занятия в режиме онлайн
- Почта доверия – индивидуальное и групповое консультирование (студентов, родителей, педагогов):
 - «Спроси у психолога»
 - «Спроси у социального педагога»





Мероприятия для педагогов

- Тематическая Школа куратора
- Школа начинающего педагога
- Тренинг по профилактике эмоционального выгорания
- Креативная SWOT-сессия в рамках реализации Целевой программы наставничества
- Мотивационный онлайн-десант в беседе педагогов Вконтакте
- Диагностика через Google Forms и Вк
- Памятки и буклеты
- Консультирование





Интернет- порталы

- Центр помощи детям
<http://www.cent45.ru/>
- ИРОСТ <http://irost45.ru/>
- Образовательный портал ИНФОУРОК
<https://infourok.ru/>
- Портал Образовательная социальная сеть
<https://nsportal.ru/>
- Образовательный портал для педагогов
Знанио <https://znanio.ru/>
- Сайт AdMe <https://www.adme.ru/>
- Google Forms
<https://www.google.ru/intl/ru/forms/about/>
- Психологические тесты онлайн
<https://psyttests.org/>





Когда сложно, помни,
что без дождя не бывает

радуги!

Счастье
зависит
от ваших
действий

~~А ЧТО ЕСЛИ...~~

У ТЕБЯ ВСЁ
ПОЛУЧИТСЯ!

**ВЕРЬ
В
СЕБЯ**



ГБПОУ «Курганский педагогический колледж»