



**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ
ЧЕЛОВЕКА**

ПРИВЕТСТВИЕ

Здравствуй, друг! (здороваются за руку)



Как ты тут? (похлопывают друг друга по плечи)



Где ты был? (теребят друг друга за ушко)



Я скучал! (складывают руки на груди в области сердца)



Ты пришел! (разводят руки в сторону)



Хорошо! (обнимаются)



ОБНИМАШКИ



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ



ХАРАКТЕР



Что такое характер?

ХАРАКТЕР

Характер – это поведение человека, отношение к себе и другим людям, его поступки. У каждого человека свой характер.

Баба Яга

Золушка

Как характер влияет на наше

психологическое здоровье?

ХАРАКТЕР

ЗАДАНИЕ №1. Определите где на ваш взгляд «хорошие черты характера», а где «плохие черты характера»

ДОБРОТА <input checked="" type="checkbox"/>	ЗЛОСТЬ <input type="checkbox"/>	СМЕЛОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	СКРОМНОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ЛЮБОВЬ <input type="checkbox"/>
ЧЕСТНОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ТРУСОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТВЕТСТВЕННОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input checked="" type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input checked="" type="checkbox"/>
АКТИВНОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input type="checkbox"/>	САМОУВАЖЕНИЕ <input type="checkbox"/>
ВЕЖЛИВОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ОБИДЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>
ЗАМКНУТОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОБИДЧИВОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ГРУБОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>
КАПРИЗНОСТЬ <input checked="" type="checkbox"/>	ТРУДОЛЮБИЕ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>
СПОКОЙСТВИЕ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>	ОТЗЫВЧИВОСТЬ <input type="checkbox"/>

**Как характер влияет
на наше**

психологическое здоровье?

ХАРАКТЕР

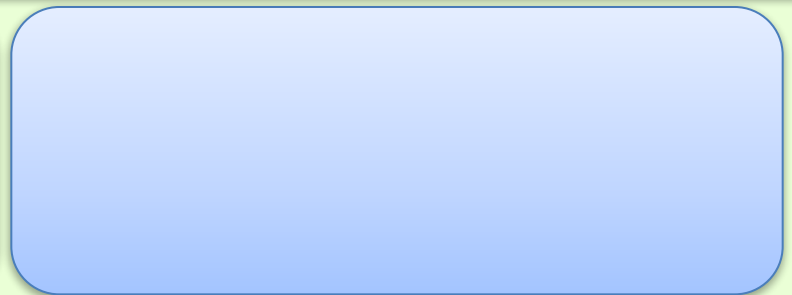
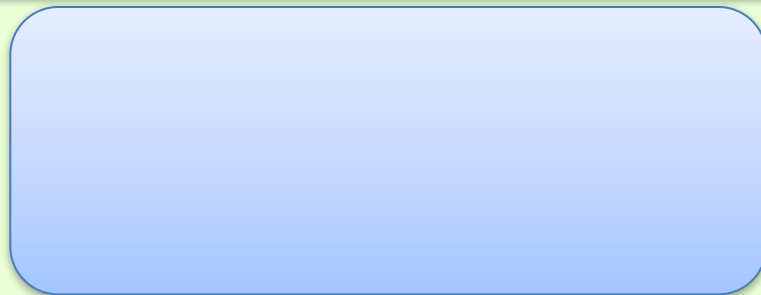
**ЗАДАНИЕ №2. Подумайте и напишите, что
означает выражение**

Так себе человек, ни рыба, ни мясо –
так говорят о человеке, который ничего
особенного из себя не представляет. Не может
добиться чего-либо в жизни. Это выражение
говорит о неуважительном,
пренебрежительным отношении к нему.



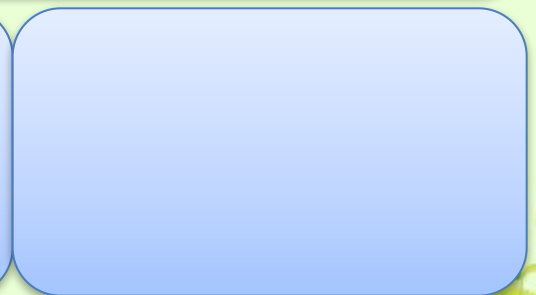
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ



ХАРАКТЕР

**НАСТРОЕНИЕ
ЧУВСТВА
ЭМОЦИИ**



Как настроение, чувства и эмоции влияет на наше психологическое здоровье?

НАСТРОЕНИЕ ЧУВСТВА ЭМОЦИИ

ЗАДАНИЕ №3. Определите какое настроение у героев отрывков и какие чувства они испытывают

Миша не выучил урок и получил двойку. Когда он пришел домой, то кинул свой портфель в угол и ни с кем не разговаривал. Мама увидела, что что-то случилось. Мама взяла Мишин дневник и поняла в чем дело. Мама стала ругать Мишу, а он нагрубил ей. Расстроенная мама ушла на кухню и стала готовить ужин.

настроение:

- 1) плохое +
- 2) хорошее

чувства:

- 1) тревога
- 2) гнев +
- 3) вина +
- 4) стыд +
- 5) радость
- 6) раздражение +
- 7) радость
- 8) жестокость +

Как настроение, чувства и эмоции влияет на наше психологическое здоровье?

НАСТРОЕНИЕ ЧУВСТВА ЭМОЦИИ

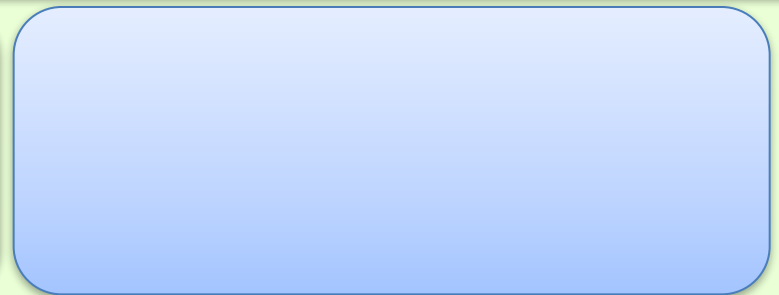
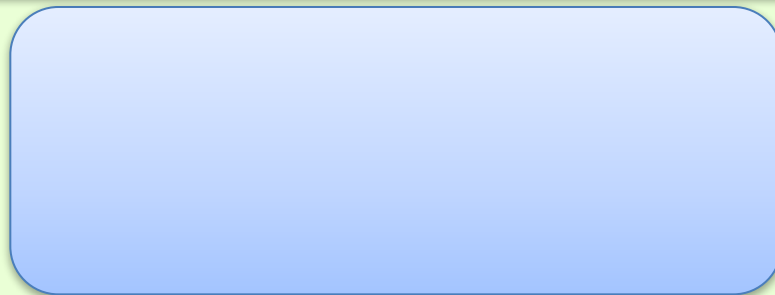
ЗАДАНИЕ №3. Определите какое настроение у героев отрывков и какие чувства они испытывают

Хорошее настроение оказывает **положительное** **воздействие** на кровообращение и улучшение жизнедеятельность всего организма. **Плохое** — тормозит стимулирующие функции организма.



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

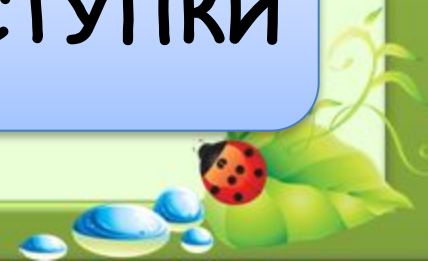
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ



ХАРАКТЕР










**НАСТРОЕНИЕ
ЧУВСТВА
ЭМОЦИИ**

**ПРИВЫЧКИ
ПОСТУПКИ**



ЗАДАНИЕ №4. Определите поступки и привычки, которые положительно влияют на психологическое здоровье человека

ПРИВЫЧКИ ПОСТУПКИ

1. Вечером принимать душ 
2. Заниматься спортом 
3. Курить за углом школы 
4. Громко кричать и обзываться 
5. Часто драться 
6. Бегать по утрам, делать зарядку 
7. Гулять на свежем воздухе 
8. Ходить в походы 
9. Спорить со всеми 
10. Часто капризничать, особенно когда лень что-либо делать 



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

**СЕМЬЯ
ДРУЗЬЯ**

ХАРАКТЕР

**НАСТРОЕНИЕ
ЧУВСТВА
ЭМОЦИИ**

**ПРИВЫЧКИ
ПОСТУПКИ**



ЗАДАНИЕ №5. Игра «КЛУБОЧЕК»

**СЕМЬЯ
ДРУЗЬЯ**





ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

**СЕМЬЯ
ДРУЗЬЯ**

**ДЕЛО
РАБОТА**

ХАРАКТЕР

**НАСТРОЕНИЕ
ЧУВСТВА
ЭМОЦИИ**

**ПРИВЫЧКИ
ПОСТУПКИ**

**ЗАДАНИЕ №6. Назовите наши школьные
правила**

**ДЕЛО
РАБОТА**

-Чтобы любое начатое дело приносило радость, нужны знания и умения! А так же выполнение всех правил и требований.

ЗАДАНИЕ №3. Разгадайте кроссворд

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
ЧЕЛОВЕКА

Посеешь
привычку,
пожнешь

З

1.

Д Е Л О

О

2.

Р а д о с т ь

3.

р а б о т а е т

В

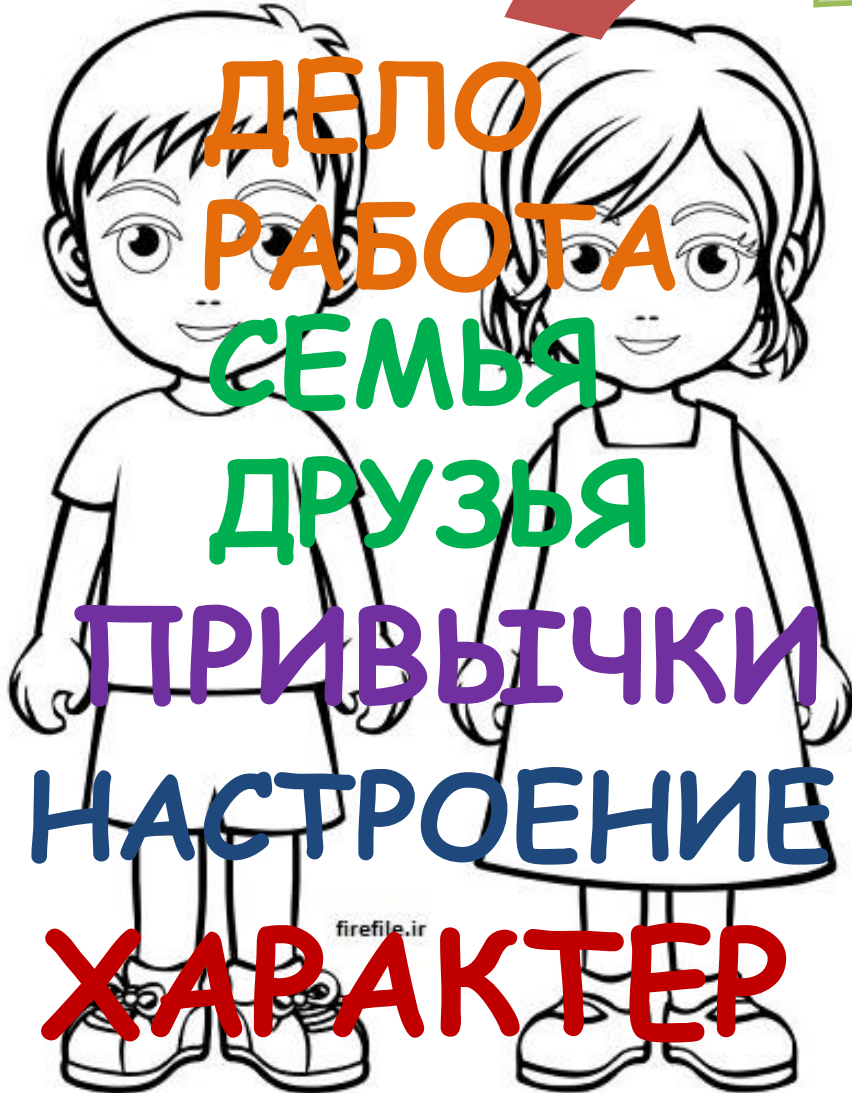
4.

с е м ь я

5.

х а р а к т е р

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



ЗДОРОВЫЙ,
СЧАСТЛИВЫЙ
ЧЕЛОВЕК