**№58 Жалпы білім беретін орта мектебі**

**Анықтама**

 **Тақырыбы:** «**Грантты сезін**».

**Мақсаты:** Қиялды, шығармашылықты дамыту, көңіл-күйді көтеру, сезім мен эмоцияны реттеу, емтихан алдындағы қобалжуды төмендету.

**Көрнекіліктер:**А4 түрлі түсті қағазы

**Өткізілген уақыты:** 26.02.2025ж.

**Қатысқандар:** 11 «А» және 9 «А» сынып білім алушылары

Білім алушыларға

-Қаншалықты қобалжу бар?

Ішіңіздегі сенімсіздік, проблема көңіл-күйіңізге әсер етеді ме?

Осы сұрақтар арқылы пікір алмасу, ашылу.

Ұнаған түсті қағаз таңдап, барлық ішкі қажет емес уайым, реніш, шаршау, негативті эмоцияны іштей ойлап тұрып қағазды жыртады. Жоғарыға бір мезетте шашып жіберу арқылы босау. Жеңілдеп қалған күйде, қағаздың ұнтақтарынан барлығы бірігіп, жағымды атмосфера, әдемі көңіл-күй, жылулық сыйлайтын фигура жасау. Әр топ өз жұмысын түсіндіреді.

**Қорытынды :** Білім алушылар тренингке белсене қатысты. Әдемі әуенмен әрленген, керемет көңіл-күй сыйлаған тренинг болды.

**Педагог-психолог Ершимова Ж.Д.**

<https://www.instagram.com/p/DGikup3sPI3/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRlODBiNWFlZA>==