

Утверждаю

Директор школы

_____ Ахмарова А.С.

«___» _____ 2024 г.

«Я - личность!»

Программа

*формирования навыков жизнестойкости обучающихся
МБОУ «СОШ №8 г. Шали» через использование преемственности психолого-педагогических
технологий на этапах начального, общего и среднего образования*

1. Пояснительная записка

Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья. В Уставе ВОЗ говорится: "Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов".

Важным следствием этого определения является то, что психическое здоровье — это не только отсутствие психических расстройств и форм инвалидности.

Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества.

Психологическое здоровье — это не только душевное, но и личностное здоровье. Оно характеризуется стремлением человека к поддержанию гармоничных отношений с собой, миром, стремлением к личностному росту, саморазвитию и самосовершенствованию. Психологическое здоровье описывает личность в целом, имеет отношение к эмоциональной, мотивационной, познавательной и волевой сферам. Это состояние, когда у человека все светло и классно.

Научные, методологические, нормативно-правовые основания программы

Вопрос построения собственной жизни, ее управляемость или зависимость от обстоятельств будет всегда волновать человека. Жизненный путь личности имеет единые для всех «измерения», но способ решения жизненных проблем, построения жизни, удовлетворенность ею глубоко индивидуальны (К.А. Абульханова, 2001, Е.Ю. Коржова, 2008, Н.А. Логинова, 2001)

В настоящее время в государственной политике Российской Федерации расставлены приоритетные акценты в направлении здоровья страны и, в первую очередь, детей. В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральными государственными образовательными стандартами начального и основного образования результатом обучения выступает физически, психологически и социально здоровая личность обучающегося. Существенно способствует реализации поставленных задач по улучшению данной ситуации стремительный рост новых здоровьесберегающих технологий.

Понятие «hardiness», введенное С. Мадди, в переводе с английского означает «смелость, крепость, выносливость». Д.А. Леонтьев предложил обозначать это понятие как «жизнестойкость». Проявление жизнестойкости имеет актуальность для человека любого возраста, поскольку на протяжении своей жизни он сталкивается с разными проблемами, трудностями, которые требуют от него соответствующего ресурса.

В современных образовательных условиях целенаправленное формирование у обучающихся жизнестойкости, «как интегральной характеристики личности, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития» (Книжникова С.В.), является актуальной задачей педагогического коллектива любой образовательной организации. Решение данной задачи возможно в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальный педагог, педагог-психолог.

Актуальность - развитие основ жизнестойкости начинается с самого детства и продолжается до подросткового и юношеского возрастов. Весь этот период жизни ребенка связан со школой, поэтому роль школы как никогда, в этом вопросе очень велика, а роль педагогов, психологов, администрации ОУ заключается в обеспечении необходимых условий для полноценного развития личности школьника.

Практическая направленность программы

Исследованиями доказано, что жизнестойкость не является врожденным качеством, а формируется в течение жизни, значит, большая роль в данном процессе принадлежит социуму. По мнению Л.С. Выготского, социальная ситуация оказывает решающее влияние на развитие ребенка,

от которой в более позднем возрасте зависит процесс формирования образа мира.

Помощь ребенку в обретении ресурсов для развития жизнестойкости является основной задачей педагогического коллектива и родителей обучающихся. Анализ существующей практики воспитательно-образовательной работы школы показал, что решение задач формирования жизнестойкости обучающихся предусмотрено следующими направлениями воспитательной работы: «Создание возможностей формирования ребенком собственной модели поведения и самоопределения в открытой социальной среде», «Развитие у учащихся способности социально ответственного действия», «Приобщение учащихся к системе культурных ценностей», «Привитие потребности в здоровом образе жизни», работа с родителями по программе «Семья и школа», работа с педагогическими кадрами. Необходимо отметить, что данная практика работы охватывает развитие ребенка с точки зрения ценностного отношения к себе и миру, но при этом не отражает систему работы всего педагогического коллектива, которая бы способствовала развитию базовых компонентов жизнестойкости: формированию самооценки, коммуникативной и социальной компетентности, ценностных ориентаций, навыков самоконтроля и произвольности у обучающихся на разных возрастных этапах, позволяющих им сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития, что позволит уже на ранних стадиях развития личности, обеспечить обучение цивилизованным способам саморегуляции поведения, способствовать формированию правильной социальной ориентации; созданию благоприятных условий для максимального развития и эффективности жизненного пути.

Таким образом, главной задачей школы, является не разобщенность плана действий, а его скоординированность, поэтапность и плановость, позволяющая создать такую здоровую среду в ОУ, в которой при переходе с одной образовательной ступени на другую обучающийся будет чувствовать себя успешным, уверенным и стрессоустойчивым. В ОУ это станет возможным благодаря созданию и реализации программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся МБОУ «СОШ №8 г. Шали» через использование преемственности психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования, в которой будут использованы оптимальные психолого-педагогические технологии сопровождения образовательного процесса, исходя из особенностей контингента школы.

В качестве основных базовых компонентов жизнестойкости обучающихся, определяющих выбор психолого-педагогических технологий, выделены: адекватная самооценка, навык самоконтроля и произвольности, ценностные ориентации, коммуникативная и социальная компетентность. Организация работы по формированию данных компонентов предполагается через систему «сквозных» мероприятий на этапах начального, общего и среднего образования, включающих в себя семинарские занятия с педагогическим коллективом, практикоориентированные мероприятия с родителями, профилактические и коррекционно-развивающие занятия с обучающимися, социальные и волонтерские проекты (с включением обучающихся группы социального риска).

Цель: создание оптимальной системы преемственности психолого-педагогических технологий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения, направленной на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивиталяного поведения.

Задачи:

1. Создание программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся МБОУ «СОШ №8 г. Шали» через использование преемственности психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования исходя из условий и контингента школы.
2. Выявление детей с низким уровнем социальной компетентности. Отслеживание формирования компетенций жизнестойкости в динамике.
3. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам группы суицидального риска, на разных ступенях обучения:

-формирование навыков самоконтроля и произвольности обучающихся, позволяющих им сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития;

-развитие коммуникативных и поведенческих умений, навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

-формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;

-организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по использованию в учебно-воспитательном процессе активных психолого-педагогических технологий (дискуссия, деловая и ролевая игра, методики целеполагания, технологии саморегуляции и т.д.) при формировании навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения

5. Повышение психолого-педагогической компетентности родителей обучающихся в вопросах воспитания и обеспечения безопасности детей, а также обучение родителей навыкам раннего выявления признаков суицидальных намерений.

Достижение поставленных задач предполагается решать через реализацию *взаимосвязанных модулей*:

1) Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках планов воспитательной работы на классных часах);

2) Использование учителями-предметниками материала учебных предметов, ориентированного на формирование навыков жизнестойкости обучающихся.

3) Индивидуальная работа с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности;

4) Организация работы по психолого-педагогической подготовке подростков к трудным жизненным ситуациям (Программа внеурочной деятельности для учащихся 5-6 классов «Программа развития познавательных способностей учащихся», раздел «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» в элективном курсе «Выбор профессии» для учащихся 9 классов, программа курса занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Учимся успешно преодолевать трудности»);

5) Реализация социальных проектов направленных на формирование позитивного стиля поведения обучающихся;

6) Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный

Цель: разработка программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся МБОУ «СОШ №8 г. Шали» через использование преимуществ психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования и проработка механизмов ее реализации.

Содержание:

- разработка плана мероприятий;

- проведение методического семинара по обсуждению содержания программы по формированию жизнестойкости;

- знакомство с программой всех участников воспитательного процесса;

- подготовка методических материалов;

- формирование мотивационной готовности педагогического коллектива к реализации программы.

Ожидаемые результаты: приобретение теоретических знаний и навыков для реализации программы; создание единого поля деятельности детей, родителей, педагогов, педагога-психолога, администрации школы.

2 этап – формирующий

Цель: реализация основных мероприятий программы

Содержание:

- реализация принципов и подходов программы;
- включение подростков в различные виды деятельности;
- реализация выполнения основных модулей программы.

Ожидаемые результаты: повышение уровня жизнестойкости детей и подростков, что проявляется в сформированности навыков самоконтроля и произвольности, самооценки, ценностных ориентаций, коммуникативной и социальной компетентности обучающихся на этапах начальной, средней и старшей школы:

❖ Для выпускника начальной школы:

- адекватная самооценка и уверенность в себе – умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, формирование умения понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха, освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

- навык самоконтроля и произвольности – овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств ее осуществления, формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, навыки саморегуляции, освоение конструктивных способов поведения;

- ценностные ориентации – принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- коммуникативная и социальная компетентность – готовность слушать собеседника и вести диалог; навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, навык позитивного анализа трудных жизненных ситуаций: умение отделять себя от собственных переживаний и наблюдать их, что способствует ослаблению переживаний; «проигрывание» ситуаций стресса, которое осуществляется на фоне релаксации, что создаёт угасающий эффект негативных эмоций, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; умение излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий; определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

❖ Для выпускника среднего звена:

- самооценка – умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения; навык социальной активности, соизмерение своих поступков с нравственными ценностями, осознание своих обязанности перед семьей, обществом, Отечеством;

- самоконтроль и произвольность – умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- ценностные ориентации – осознание своих смысловых ориентаций и рефлексивного отношения к ним, осознание и принятие ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- коммуникативная и социальная компетентность – умение оценивать последствия своего поведения, рефлексия своих жизненных проблем, уважение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций, этнокультурных, социальных и экономических особенностей, навыки коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

❖ Для выпускника старшего звена:

- самооценка - умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей, владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

- самоконтроль и произвольность - умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях, принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- ценностные ориентации - сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

- коммуникативная и социальная компетентность - развитые копинг-стратегии, толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

3 этап – мониторинг

Цель: изучение эффективности программы и ее действие в социуме в условиях сельской школы.

Содержание:

- выработка перспектив деятельности программы и внесение предложений по ее развитию;

- анализ качественных изменений, произошедших с участниками программы.

Ожидаемые результаты: мониторинг динамики роста личности подростков, полноты достижения реализации программы через диагностику детей, родителей, педагогов; упорядочение профессиональной деятельности педагогического коллектива (классных руководителей, педагога-психолога, социального педагога, учителей-предметников) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся; появление у педагогов школы передового опыта по формированию навыков жизнестойкости обучающихся.

Показателем эффективности программы выступает:

- статистически достоверное увеличение доли обучающихся со сформированными навыками жизнестойкости (по итогам автоматизированной диагностики контрольного и экспериментального класса);

- увеличение доли педагогов школы, использующих активные воспитательные технологии, направленные на формирование базовых компонентов жизнестойкости обучающихся

Прогнозируемые риски:

1. Многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни).

2. Недостаточная мотивационная готовность учителей к реализации требований программы.

3. Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного неблагополучия).

2. План реализации программы

Программные мероприятия составлены с учетом преемственности в формировании навыков базовых компонентов жизнестойкости начального, основного и среднего образования, через реализацию мероприятий со всеми субъектами образовательного процесса, объединенных общей целью (работа с педагогическим коллективом, родительские собрания, классные часы, социальные проекты).

| № | Мероприятие | Сроки | Ответственные | Результат / документ |
|---------------------------------|---|----------|---|---|
| 1. Подготовительный этап | | | | |
| 1.1 | Проведение семинара для классных руководителей «Содержание программы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся. Психолого-педагогические технологии формирования навыков жизнестойкости обучающихся (дискуссия, ролевая игра, социальное проектирование и т.п.), обсуждение системы преемственности на этапах начального, общего и среднего образования» | сентябрь | заместитель директора по ВР педагог-психолог | План семинара |
| 1.2 | Проведение классными руководителями диагностики обучающихся (Методика Л.Б. Шнейдер «Карта риска суицида»). | сентябрь | Классные руководители 1-11 классов педагог-психолог | Результаты диагностики (заключение, рекомендации) |
| 1.3 | Проведение автоматизированной диагностики с контрольной (9б класс) и | октябрь | педагог-психолог | Результаты диагностики |

| | | | | |
|-----|---|---------|-----------------------------|---|
| | экспериментальной группой (9а класс) обучающихся | | | (заключение, рекомендации) |
| 1.4 | Корректировка плана воспитательной работы в 9а классе (экспериментальная группа) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в соответствии с результатами диагностики | октябрь | заместитель директора по ВР | Скорректированный план воспитательной работы 9а класса |
| 1.5 | Составление учебно-тематических планов психологических индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы суицидального риска и утверждение их директором школы | октябрь | педагог-психолог | Приказ об утверждении учебно-тематических планов психологических индивидуальных (групповых) занятий |

2. Формирующий этап

| | | | | |
|-----|---|--|--|--|
| 2.1 | <p>Организация и проведение методических семинаров, педагогических советов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - семинар-практикум для учителей-предметников (начальных классов, среднего и старшего звена) «Использование материала учебных предметов, как опосредованное педагогическое воздействие в вопросе формирования базовых компонентов жизнестойкости обучающихся» - семинар-практикум «Психологический комфорт в школе и дома. Роль семьи и школы в формировании у детей и подростков модели поведения в кризисной ситуации». - педагогический совет «Формирование позитивного самосознания обучающихся как средство развития жизнестойкости личности». - семинар «Способы совладания с проблемной ситуацией и ресурсы, которыми располагает сам ребенок. Возможности получения помощи в преодолении кризиса. Методы снятия эмоционального стресса». | <p>октябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>январь</p> <p>март</p> | <p>заместитель директора по ВР</p> <p>педагог-психолог</p> | <p>Планы семинаров, педагогических советов</p> |
| 2.2 | <p>Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся, в том числе с использованием интернет-ресурсов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1-4 классы: <p>собрание-практикум «Хорошо, что есть</p> | <p>ноябрь</p> | <p>заместитель директора по ВР</p> <p>педагог-психолог</p> <p>классные</p> | <p>Информационные материалы для родителей</p> |

| | | | | |
|-----|---|---|---|--|
| | <p>семья, которая хранит от бед меня. Влияние родительских установок на формирование у ребенка уверенного поведения и адекватной самооценки»;</p> <p>педагогическая мастерская «Как помочь ребенку справиться с эмоциями. Что ребенок хочет сказать своим поведением»;</p> <p>- 5-8 классы:</p> <p>педагогическая мастерская «Семья, как основа психической стабильности, комфортности и защиты подростка»;</p> <p>собрание-практикум «Как помочь ребенку преодолеть трудности собственного взросления без тяжелых последствий»;</p> <p>- 9-11 классы:</p> <p>диспут «Роль семьи в сохранении и укреплении психологического здоровья детей»;</p> <p>собрание-практикум «Роль семьи в развитии работоспособности старшеклассников и их личностном самоопределении»</p> | <p>март</p> <p>ноябрь</p> <p>март</p> <p>ноябрь</p> <p>март</p> | <p>руководители 1-11 классов</p> | |
| 2.3 | <p>Организация тренинговых занятий на командообразование в первых, пятых, девярых, «сборном» десятом классах, а также в конфликтных классах</p> | <p>октябрь-ноябрь, далее по мере необходимости</p> | <p>педагог-психолог классные руководители 1, 5, 9, 10 классов</p> | <p>Планы тренинговых занятий</p> |
| 2.4 | <p>Организация и проведение работы по психолого-педагогической подготовке подростков к трудным жизненным ситуациям (Программа внеурочной деятельности для учащихся 5-6 классов «Программа развития познавательных способностей учащихся», раздел «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» в элективном курсе «Выбор профессии» для учащихся 9 классов)</p> | <p>в течение учебного года</p> | <p>педагог-психолог</p> | <p>Рабочие программы курсов</p> |
| 2.5 | <p>Организация индивидуальных психологических занятий с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.</p> | <p>в течение учебного года</p> | <p>педагог-психолог</p> | <p>Журнал учета индивидуальных и групповых форм работы</p> |
| 2.6 | <p>Организация и проведение профилактических и развивающих занятий в классных коллективах (классных часов, тренингов, практикумов) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся (в</p> | | <p>Классные руководители 1-11 классов педагог-психолог</p> | <p>Журнал классного руководителя</p> |

| | | | | |
|-----|---|--|--|--|
| | <p>рамках планов воспитательной работы на классных часах)</p> <p>1 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Час искренности. Разговор по душам», - «Умение преодолевать страх» <p>2 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Играя и общаясь познаем себя», - «Как я умею преодолевать трудности» <p>3 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Мой выбор», - «Как добиться успеха» <p>4 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Познай себя», - «Как достичь успеха» <p>5 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Я – личность и индивидуальность», - «Практикум уверенного поведения в опасных ситуациях» <p>6 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Если бы моим другом был ... я», - «Практикум нестандартных решений в трудных жизненных ситуациях» <p>7 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Я-личность!», - «Практикум преодоления трудностей» <p>8 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Практикум саморегуляции», - «Факторы риска и опасности» <p>9 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Практикум конструктивного общения», - «Жизнь по собственному выбору» <p>10 класс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Прекрасное и безобразное в нашей жизни», - «Линия жизни. Как преодолеть трудности» <p>11 класс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Искусство жить. Как быть счастливым?», - «Я – человек, я сильный и смелый!» | <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> <p>Ноябрь Март</p> | | |
| 2.7 | <p>Реализация социальных проектов с привлечением обучающихся группы суицидального риска, направленных на формирование стиля поведения, позволяющего превращать проблемные ситуации в новые возможности</p> <p>«Цветное настроение» (изучение психологического климата в школе и дома)</p> <p>«Доброта как Солнце»</p> | <p>ноябрь январь</p> | <p>заместитель директора по ВР</p> | <p>Социальные проекты, информационные материалы на сайте школы</p> |

| | | | | |
|----------------------|---|-------------------------|---|---|
| | (развитие коммуникативных навыков, толерантного поведения) «Дарю тебе сердце» (флэшмоб, формирование ценности жизни и здоровья, развитие коммуникативных навыков) | март | | |
| 2.8 | Организация и проведение занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Учимся успешно преодолевать трудности». | в течение учебного года | педагог-психолог | |
| 2.9 | Организация и проведение уроков с использованием материала, ориентированного на формирование базовых компонентов жизнестойкости обучающихся (самооценка, самоконтроль и произвольность, ценностные ориентации, коммуникативная и социальная компетентность) | В течение учебного года | Учителя-предметники | Поурочное планирование |
| 3. Мониторинг | | | | |
| 3.1 | Проведение повторной автоматизированной диагностики в экспериментальной и контрольной группах обучающихся | апрель | педагог-психолог | Результаты диагностики (заключение, рекомендации) |
| 3.2 | Проведение анализа и оценки результатов программы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в 2021-2022 учебном году в соответствии с показателями эффективности | апрель | заместитель директора по ВР | Аналитический отчет |
| 3.3 | Описание положительного опыта по формированию жизнестойкости обучающихся для публикации в краевом методическом сборнике. | май | заместитель директора по педагог-психолог | Информационная карта с описанием положительного опыта |
| 4. Контроль | | | | |
| 4.1 | Анализ планов воспитательной работы в части реализации профилактических мероприятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся | сентябрь | заместитель директора по ВР | Справка по итогам проверки |
| 4.2 | Включение обучающихся группы социального риска (по результатам диагностики) в урочный процесс (через посещение уроков в 1-11 классах). | В течение года | заместитель директора по УВР | Карта анализа урока |
| 4.3 | Использование учителями-предметниками материала учебных предметов, ориентированного на формирование навыков жизнестойкости обучающихся, через введение дополнительной | В течение года | заместитель директора по УВР | Справка по итогам проверки поурочного планирования, |

| | | | | |
|-----|--|----------------|-----------------------------|---|
| | информации, обеспечивающей личностное восприятие изучаемого материала как средство индивидуального роста обучающегося (через анализ поурочного планирования и посещение уроков). | | | карты анализа урока |
| 4.4 | Посещение классных часов в 1-11 классах по теме программы «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся» | В течение года | заместитель директора по ВР | Листы посещений классных часов |
| 4.5 | Уровень психологического комфорта образовательной среды в школе (через изучение в начале и конце социального проекта «Цветное настроение») | Ноябрь | педагог-психолог | Мониторинг в рамках социального проекта «Цветное настроение» |
| 4.6 | Система преемственности психолого-педагогических технологий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения, направленной на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивиталяного поведения. | Май | заместитель директора по ВР | Составление информационной карты с описанием положительного опыта |

3. Краткое описание модулей программы

Индивидуальная работа с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.

В ходе подготовительного этапа работы педагог-психолог определяет группу подростков, имеющих высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивиталяной направленности.

Основная задача индивидуальной работы с подростком, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: сориентировать на поиски выхода из критических ситуаций или (что более реально) на изменение его отношения к ним.

Учебно-тематический план индивидуальных занятий с подростками группы риска

1. Тема «Жизнь по собственному выбору»
2. Цель: адаптация обучающихся в трудной жизненной ситуации в социуме, формирование у них навыков организации здорового образа жизни, формирование личностных нравственных качеств у учащихся.
3. Задачи:
 - коррекция отклонений в психическом развитии подростка (эмоциональном, мотивационном, поведенческом) на основе создания оптимальных психологических условий для развития творческого потенциала личности подростка;
 - формирование и развитие навыков самоанализа, самоконтроля, самовыражения, саморегуляции;
 - обретение подростком положительных ценностных ориентиров и личностных смыслов жизни.
4. Категория участников: подростки, имеющие высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.

5. Форма проведения: индивидуальные коррекционно-развивающие занятия.
6. Количество часов: 17
7. Используемая литература:
 - 1) Абрамова Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург, 2000.
 - 2) Битянова М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками.- Санкт-Петербург, 2007
 - 3) Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения.- М.: Педагогика, 1990г.
 - 4) Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В. – Барнаул, 2014
 - 5) Факторы риска здоровья в образовании: диагностика и коррекция (методическое пособие для учителей) / Н.З. Кайгородова – Барнаул, 2013
8. Тематический план

| № п/п | Наименование разделов, тем | Цель занятия |
|-------|--|--|
| 1-2 | Знакомство | Установление контакта с подростком, побуждение желания взаимодействовать, снятие тревожности, повышение у подростка уверенности в себе; изучение личностных особенностей развития |
| 3 | Кто я? | Развитие у подростка “Я-концепции”. |
| 4 | Я и мой мир | Овладение способами взаимодействия с миром и самим собой. |
| 5 | Мои чувства, мои эмоции. | Гармонизация и оптимизация развития личности подростка. |
| 6 | Мотивы | Формирование жизненно важных мотивов (коммуникативных, профессиональных, познавательных, достижения и т.д.). |
| 7 | Я и мои родители | Гармонизация детско-родительских отношений |
| 8 | Неуверенность и ее маски. | Развитие навыков самосознания, самоконтроля, саморегуляции. |
| 9 | Смысл жизни – в ценностях? | Развитие целеполагания |
| 10 | Дружба. | Формирование навыков общения, развитие способностей устанавливать контакт с окружающими, снятие внутренних барьеров, сознанию своих личностных качеств |
| 11 | Конфликт | Введение в понятие “конфликт”, осознание собственной конфликтности, получение опыта активной борьбы. |
| 12 | Стресс | Формирование понятия о стрессе, его причинах, способах борьбы с данным явлением; Выработка индивидуальной психотехники видоизменения, ослабления стрессовых переживаний. |
| 13 | Страхи и фобии | Переход от отрицательной фазы развития личности к положительной |
| 14 | Метод СДР (смотри, думай, решай) | Формирование стратегии преодоления трудностей и метода принятия решений (СДР). |
| 15 | Психоактивные вещества – со мной или без меня? | Формирование объективных знаний о вредном воздействии психоактивных веществ на живой организм, развитие психологического иммунитета к психоактивным веществам. |

| | | |
|----|----------------------------------|--|
| 16 | Мое будущее | Формирование позитивного представления о собственном будущем |
| 17 | Моя жизнь по собственному выбору | Формирование самосознания подростка, личностный рост |