

**План
формирования жизнестойкости детей и подростков
МБОУ СОШ № 53 на 2020-2021 учебный год**

План формирования жизнестойкости детей и подростков (далее План) направлен на развитие жизнестойкости с учетом возрастных особенностей обучающихся, обучение их навыкам необходимого и правильного реагирования в различных ситуациях, формирование у педагогов ориентиров успешной социализации обучающихся в современных условиях.

Жизнестойкость как свойство личности развивается в процессе жизни человека и связана с его индивидуальными особенностями, процессами его самосознания, влиянием внешних факторов среды — социальных взаимодействий, культурных ритуалов и традиций, влияния, находящихся рядом взрослых. В связи с этим План построен на основе главных педагогических принципов: учет возрастных особенностей обучающихся, психологическая комфортность, единство воспитания, обучения, развития, сознательность и творческая активность, преемственность с технологиями учебной деятельности, свобода выбора на основе интересов и склонностей, комплексность, системность, целостность.

Цель Плана – формирование и развитие жизнестойкости детей и подростков.

Его задачами являются:

1. Реализовать воспитательную и психопрофилактическую работу на основе возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.
2. Оказывать помощь обучающимся в выработке индивидуального стиля совладающего поведения.
3. Формировать у обучающихся позитивную, устойчивую самооценку.
4. Обучать детей и подростков самоэффективности.
5. Развивать у обучающихся самосознание в соответствии с возрастными задачами.
6. Развивать у обучающихся коммуникативные навыки, навыки уверенного поведения, навыки саморегуляции.
7. Формировать навыки командного взаимодействия обучающихся со всеми участниками образовательного процесса через целенаправленное включение (обучающихся) в различные виды деятельности.
8. Формировать у обучающихся правила и нормы поведения личности, проявляемые в определенных социальных условиях.
9. Формировать у обучающихся ценностно-смысловые опоры жизнестойкости.

Работа ведется по следующим основным направлениям:

1. Психодиагностика по направлениям: адаптация обучающихся, семейные взаимоотношения, межличностные отношения, психоэмоциональная сфера.

2. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной деятельности, на классных часах).

3. Индивидуальная и групповая психокоррекционная работа с детьми и подростками, находящимися в «группе риска», неадаптированными и «отверженными» детьми и детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

4. Психолого-педагогическое просвещение педагогов и родителей (законных представителей).

План осуществляется в течение учебного года и состоит из *трех блоков* (подготовительно-диагностический, обучающий, оценочный).

План реализуется через *активные формы и методы обучения*: беседа, тренинг, интеллектуальная игра (марафон), творческая работа, конкурс, проектирование, мозговой штурм, дискуссия, экскурсия, диагностика с анализом и обсуждением результатов, интерактивная лекция, кейс-задания, с моделированием трудной жизненной ситуации, в которой актуализируется проживание некоторых феноменов внутреннего мира человека и дается возможность наблюдать их «здесь и сейчас».

Реализацию Плана рекомендуем осуществлять с младшего школьного возраста и с учетом новообразований, присущих различным возрастным категориям. От учителя начальных классов зависит насколько адекватно обучающиеся смогут преодолевать трудности в обучении, появление у ребенка чувства уверенности и умелости в социальном мире, в значимой деятельности. Младший школьный возраст - сензитивный период для обучения терпимости, самоконтроля, самостоятельности, уважения прав и чувств других людей, приспособления к обществу вне семейного круга, стремления понравиться авторитетам.

Особенности подросткового возраста (11-14 лет, основная школа): частые перепады настроения, повышенная чувствительность к оценке посторонними, неадекватная самооценка. В коммуникативной и эмоциональной сферах подростки зачастую не принимают авторитеты, общепринятые правила, проявляют вспыльчивость, нетерпимость, агрессивность, склонность к упрямству, оппозицию. И с другой стороны, подросткам свойственно стремление разобраться в себе, в других людях, попробовать себя в разнообразных видах деятельности, быть независимыми от своей семьи. Поэтому в Плате большое внимание уделяется формированию коммуникативных навыков, развитию психоэмоциональной саморегуляции у подростков, как средствам, формирующим защищенность от различных жизненных трудностей.

Возрастные особенности обучающихся 15-17 лет (средняя основная школа) характеризуются ориентацией на мир взрослых; достижение личностного, профессионального, жизненного самоопределения; потребность утвердиться в мире взрослых индивидуально; усиление стремления к независимости от своей семьи. Впервые происходит выбор дальнейшего образовательного маршрута, будущей профессии, при этом появляются крайности в поведении, пренебрежение к советам старших. В этом возрасте важно содействовать решению вопросов смысла жизни, осознания себя в

качестве частицы социальной общности, преодолению трудностей, связанных с экзаменационными испытаниями. В связи с этим в Плате продолжается работа по развитию средств общения – вербальных и невербальных навыков и умений, социального интеллекта, формированию жизненных целей. Значимым является развитие у обучающихся саморегуляции и волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, умения преодолевать внешние и внутренние трудности.

Основной акцент мероприятий Плате направлен на создание социально-психолого-педагогических условий развития личности обучающихся, представлений о здоровом образе жизни и важнейших социальных навыках, способствующих успешной адаптации в обществе, выработку способностей самостоятельно и успешно справляться с трудностями на жизненном пути, а также на развитие личностных качеств, позволяющих достичь успеха и удовлетворенности в жизни.

Дидактическими особенностями реализации Плате может быть возможность интеграции и дополнения содержания предметных программ по тематике, связанной с формированием жизнестойкости обучающихся, в курсах биологии, основ физической культуры, ОБЖ, литературы.

Директор МБОУ СОШ № 53



 А.Б. Ткаченко

План
по формированию жизнестойкости детей и подростков
МБОУ СОШ № 53 на 2020-2021 годы

I Этап: подготовительно-диагностический					
№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Результат
1	Разработка плана работы МБОУ СОШ № 53 по формированию жизнестойкости обучающихся в условиях образовательной организации	Заместитель директора по ВР, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	До 28 августа	Заместитель директора по ВР	План работы
2	Координация взаимодействия педагогов МБОУ СОШ № 53, осуществление методического сопровождения, контроль за исполнением плана	Заместитель директора по ВР, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	В течение года	Заместитель директора по ВР	Методическое обеспечение
3	Организация деятельности службы школьной медиации МБОУ СОШ № 53, штаба воспитательной работы, совета профилактики	Специалисты ШВР, руководители СШМ	В течение года	Заместитель директора по ВР	Планы работы, протоколы
4	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия», кризисных горячих линий Краснодарского	Родители (законные представители),	До 1 сентября	Педагог-психолог	Стенд, сайт

	края. Размещение информации о психологической службе МБОУ СОШ № 53 на сайте и на информационных стендах	Классные руководители, обучающиеся			
5	Работа школьного сайта (рекомендации для родителей и обучающихся)	Родители (законные представители), педагоги, обучающиеся	Ежеквартально	Ответственный за сайт	Наполнение страниц на сайте
6	Составление социального паспорта семей обучающихся 1 – 11 класса. Сбор банка данных. Выявление детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Родители (законные представители), обучающиеся	В течение года, по итогам мониторинга	социальный педагог, классные руководители.	Соц. паспорт, список детей «группы риска», детей в ТЖС
7	Проведение рейдов по семьям, состоящим на внутришкольном профилактическом учёте	Родители (законные представители), обучающиеся	Август-сентябрь	соц. педагог, кл. руководители	Акт о посещении семьи
8	Заседание психолого-педагогического консилиума. Разработка и коррекция индивидуальных планов сопровождения (профилактической работы) обучающихся «группы риска», включающих коррекционно-развивающие занятия (индивидуальные или групповые) по формированию навыков саморегуляции	Родители (законные представители), члены консилиума	1 раз в четверть по плану, внеплановые по необходимости	Администрация, члены консилиума	Положение о работе ПШк, протокол ПШк, план сопровождения обучающегося
9	Взаимодействие с мобильным психологом в случаях выявления фактов суицидальных проявлений обучающихся, жестокого обращения с детьми и других кризисных ситуаций	Специалисты ШВР	В течение года	Педагог-психолог	Материалы педагогического расследования

	Организация повышения квалификации педагогов (служба медиации, ШВР, Совет профилактики)	Специалисты ШВР	По графику курсов ПК	Администрация МБОУ СОШ № 53	Удостоверение о ПК
10	Информирование законных представителей о проведении мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов МБОУ СОШ № 53. Сбор согласий на участие в мониторинге (при отсутствии общего согласия на психолого-педагогическое сопровождение обучающегося).	Родители (законные представители) 5-11 классы	По графику проведения мониторинга	Классные руководители	Согласие родителей (законных представителей)
11	Проведение мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов МБОУ СОШ № 53	Обучающиеся 5-11 классы	Сентябрь-октябрь	Заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители	Протоколы исследования
12	Анализ и обобщение данных по результатам проведенного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и составление списка обучающихся «группы риска». Предоставление отчетов в МКУ РЦ «Детство»	Обучающиеся 5-11 классы	До 21 октября	Директор, зам. директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	Аналитическая справка. Статистический отчет
13	Проведение диагностики по изучению уровня адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов	Обучающиеся 1-х, 5-х, 10-х классов	Октябрь-ноябрь	Классные руководители, педагог-психолог	Аналитическая справка

II этап: Обучающий					
№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Выход
14	Составление рекомендаций и консультирование по итогам проведения мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и вопросам адаптации 1-х, 5-х, 10-х классов	Родители (законные представители) обучающихся, обучающиеся, классные руководители	В течение года	Педагог-психолог	Рекомендации, журнал консультаций
15	Составление плана индивидуального сопровождения и групповой работы с детьми, находящимися в «группе риска» и детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации	Родители (законные представители), дети «группы риска», дети в ТЖС	По итогам мониторинга и по мере выявления	Специалисты ШВР	План сопровождения обучающегося
16	Организация и проведение мероприятий психологического просвещения педагогов. Примерные темы бесед и групповых консультаций: «Проблемы адаптации ребенка к школе», «Развитие ценностей с учётом возраста обучающихся», «Сплочение классных коллективов», «Психологическая безопасность, как её создавать», «Профилактика буллинга в детском коллективе», «Риски в сети Интернет», «Жизнестойкость как личностная характеристика», «Маркеры суицидального поведения». Примерные темы дискуссий: «Ребенок и компьютер», «Искусство хвалить ученика»,	Классные руководители	Раз в квартал	педагог-психолог	Отчет о проведенном мероприятии

	<p>«Школа и учитель глазами ребёнка», «Методы поддержки детей в трудных жизненных ситуациях», «Общаться с подростками, как?»</p> <p>Примерные темы тренингов: «Умение слышать и слушать», «Развиваем навыки саморегуляции», «Формирование позитивного мышления как профилактика конфликта», «Методы и приемы снятия стресса», «Поддержка обучающихся в период подготовки к экзаменам», «Психология успеха в воспитании».</p>				
21.	<p>Проведение психодиагностического исследования по вопросам детско-родительских отношений, выявление актуальных проблемных вопросов семейного воспитания, консультирование по результатам диагностики</p> <p>Рекомендуемые методики: "Семейная социограмма" Э.Г. Эйдемиллер; Опросник "Анализ семейных взаимоотношений" Э.Г. Эйдемиллер (Методика АСВ); Опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).</p>	Родители (законные представители) обучающихся	В течение года по запросу	педагог-психолог	Аналитическая справка
22.	<p>Организация и проведение мероприятий просвещения родителей (законных представителей) по основам психологии и педагогике (примерные темы):</p> <p>---«Мой дом – моя крепость. Влияние</p>	Родители (законные представители) обучающихся 1-4-х классов	По плану, по запросу	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	Отчет о проведении мероприятия

	<p>семейного микроклимата на формирование личности ребенка», «Как выстроить отношения с ребенком на доверии», «Поощрение и наказание», «Жизнь ребенка – наша забота» «Интересы и склонности моего ребенка», «Как помочь ребёнку совладать со стрессом»;</p> <p>--- «Роль семьи в формировании жизнестойкости ребёнка», «Роль родителей в формировании самооценки и позитивных жизненных целей», «Опасная привычка - социальные сети», «Возраст первой любви», «Особенности подросткового кризиса», «Помощь подростку в трудных жизненных ситуациях»</p> <p>--- «Профессиональное и жизненное самоопределение», «Стрессоустойчивость выпускников. Как воспитывать уверенность ребенка в своих силах»</p>	<p>5-8-х классов</p> <p>9-11-х классов</p>			
23.	Проведение индивидуальных консультаций обучающихся по решению их личностных проблем	Обучающиеся 1-11-х классов	По запросу	Педагог-психолог	Журнал консультаций
24.	<p>Реализация программ (цикла мероприятий) по формированию жизнестойкости и психологического здоровья личности:</p> <p>Возможные программы: «Давайте жить дружно»; «Тропинка к своему Я»; «Полезные привычки, навыки, выбор» «Краски моей души»;</p>	<p>Обучающиеся:</p> <p>1-х классов 1-4-х классов 1-4-х классов 1-5-х классов</p>	В течение года	Педагоги-психолог, классные руководители, социальный педагог	Журнал групповой работы, отчет о проведении мероприятия

	<p>«Все цвета кроме черного»; «Мир эмоций»; «Я принимаю вызов!» «Я среди других людей»; «Я и они»; «Я подросток»; «Поверь в себя» «Безопасная медиасреда»; «Школа юного психолога»; «Клуб общения для старшеклассников «Мой мир»»»</p>	<p>2-4-х классов 5-6-х классов 5-9-х классов 5-9-х классов 6-7-х классов 5-9-х классов 8-9-х классов 10-11-х классов 9-11-х классов</p>			
25.	<p>Организация внеурочной деятельности обучающихся, находящихся в «группе риска» и детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации</p>	<p>Дети «группы риска», дети ТЖС</p>	<p>В течение года</p>	<p>Директор, зам. директора по ВР, классные руководители, педагоги</p>	<p>План внеурочной деятельности</p>
26.	<p>Проведение отдельных мероприятий, направленных на формирование жизнестойкости, правосознания, саморегуляции обучающихся (классных часов, тематических, интерактивных, бесед, практических занятий, тренингов, круглых столов, диспутов и т.д.) Примерные темы: «Безопасный интернет – посторонним вход воспрещён!» «Мир, в котором я расту». «Когда накапливается усталость». «Свой среди чужих, чужой среди своих – о толерантности» «Правила дорожного движения достойны</p>	<p>Обучающиеся 1-4-х классов</p>	<p>В течение года</p>	<p>социальные педагоги ОО, педагоги-психологи ОО, кл. руководители</p>	<p>Отчет о проведении мероприятия</p>

	<p>уважения!»</p> <p>«Экология социального здоровья»</p> <p>«Скорая помощь себе в трудных ситуациях»</p> <p>«Как распознать угрозу (вопросы интимной безопасности)»</p> <p>«Юридическая грамотность – залог безопасности!»</p> <p>«Стресс – как с ним совладать!»</p> <p>«Законы, которые меня защищают!»</p> <p>«Стань достойным примером!»</p> <p>«О нарушении законов: ответственная позиция»</p> <p>«Если ты оступился!»</p>	<p>5-8-х классов</p> <p>9-11-х классов</p>			
27.	<p>Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в период подготовки к выпускным экзаменам.</p> <p>Возможные программы:</p> <p>«Путь к успеху» Стебенева Н., Королевой Н.;</p> <p>Программа занятий по подготовке учащихся 9-х и 11-х классов к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга Гуськовой Е. и Будневич Г.</p> <p>Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ: профилактика экзаменационной тревожности (сост. М.А. Павлова, О.С. Гришанова).</p>	<p>Обучающиеся 9-11-х классов</p>	<p>Ежемесячно</p>	<p>Педагог-психолог, классные руководители</p>	<p>План сопровождения, журнал групповой и индивидуальной работы, журнал консультаций</p>
28.	<p>Проведение психокоррекционных занятий с обучающимися «группы риска», детьми ТЖС, неадаптированными и «отверженными» детьми</p>	<p>Обучающиеся 1-11-х классов</p>	<p>По индивидуальному плану</p>	<p>Педагог-психолог</p>	<p>Журнал групповой и индивидуальной работы</p>

III этап: оценочный					
№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Выход
29.	Проведение повторного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов образовательных организация	Обучающиеся 5-11-х классов	Март-апрель	Заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители	Протоколы исследования
30.	Анализ и обобщение данных по результатам проведенного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и составление банка данных «группы риска». Предоставление отчетов в МКУ РЦ «Детство»	Обучающиеся 5-11 -х классы	До 28 апреля	директор, зам. директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог	Аналитическая справка. Статистический отчет
31.	Проведение анализа результатов реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся и планирование перспективы работы на следующий учебный год	Специалисты ШВР, педагоги	Май	Специалисты ШВР	Протокол заседания ШВР
32.	Предоставление отчета об эффективности реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся Внесение новых направлений на следующий учебный год	Зам. директора по ВР	Май	директор, зам. директора по ВР	Отчет о реализации плана

Директор МБОУ СОШ № 53



А.Б. Ткаченко