

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №6 г.ШАЛИ
ШАЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»
(МБОУ «СОШ №6 г.ШАЛИ»)

Утверждено
Директор
МБОУ «СОШ №6 г.Шали»
_____ Дергиева З.У.
Приказ от «___» _____ 2024г.

ПРОГРАММА
ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ
ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ
«ШАГ ВПЕРЕД»

на 2024-2025 уч.год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

| | |
|------------------------------------|--|
| Наименование программы | Программа формирования навыков жизнестойкости обучающихся МБОУ СОШ №6 г.Шали «Шаг вперед» на 2024/2025 учебный год (далее-Программа) |
| Основания для разработки Программы | <ul style="list-style-type: none"> • Конституция Российской Федерации; • Всеобщая декларация прав человека; • Конвенция о правах ребёнка; • Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; |
| Основные разработчики Программы | Саламова Э.Г. (заместитель директора по воспитательной работе), Дергиева Х.А. (педагог-психолог) |
| Цель и задачи Программы | <p>Цель: создание благоприятных условий для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений. 2. Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов конструктивного поведения и готовности к их преобразованию. 3. Проводить занятия, тренинги с детьми и подростками с учетом особенностей: когнитивного (осмысление и оценка ситуации), поведенческого (навыки преодоления), мотивационного (мотив деятельности) и эмоционального (эмоциональное реагирование в сложной ситуации). 4. Способствовать развитию у детей и подростков позитивного осознания собственной личности и личности других людей. 5. Способствовать развитию навыков совладания со стрессом у участников образовательных отношений. 6. Организовать комплексное психолого-педагогическое изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся. 7. Организовывать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся группы «повышенного внимания». 8. Способствовать развитию критичности восприятия и оценки |

| | |
|----------------------------------|--|
| | уации, способности к принятию решений. 9. Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений. |
| Этапы Программы | 1. Этап – подготовительный (сентябрь 2024 г.) 2. Этап - формирующий (сентябрь 2024 г. – май 2025 г.) 3. Этап - итоговый аналитической (май-июнь 2025 г.) |
| Планируемые результаты | -Создание образовательной среды, способствующей росту успешности каждого ученика, сохранению его физического и психологического здоровья; -совершенствование системы работы по выявлению и поддержке обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; -увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения; -создание методических рекомендаций для учителей, классных руководителей по проблемам формирования навыков жизнестойкости обучающихся; -повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОУ и родителей. |
| Срок реализации программы | 2024-2025 учебный год |
| Исполнители основных мероприятий | Администрация МБОУ «СОШ №6 г.Шали», педагог-психолог Дергиева Х.А., классные руководители |
| Целевые группы Программы | обучающиеся 1-11 классов; родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся; педагогические работники |

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема психологического здоровья школьников в настоящее время обозначается как наиболее важная составляющая образовательного процесса.

Существует целый ряд определений понятия «жизнеспособность». Это понятие определяют как способность человека к самостоятельному существованию, развитию и выживанию. Жизнеспособность – это индивидуальная способность человека управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами, в контексте социальных культурных норм и средовых условий. «Жизнеспособность – это способность человека или социальной системы строить нормальную, полноценную жизнь в трудных условиях».

Последнее время в психологической литературе активно используется такое понятие, как «жизнестойкость». Термин *hardiness*, введённый С. Мадди, переводится как «крепость», «выносливость». Д.А. Леонтьев предложил обозначать данное свойство личности, описанное С. Мадди, как «жизнестойкость». Концепция жизнестойкости изучается в тесной связи с проблемами совладания со стрессом.

Понятие "*hardiness*" отражает, с точки зрения С. Мадди и Д. Кошабы, психологическую живучесть, а также является показателем психического здоровья человека. Отношение человека к изменениям, его возможности воспользоваться имеющимися внутренними ресурсами, способность эффективно управлять ситуацией, определяют, насколько личность способна справляться с трудностями жизни.

Проблема жизнестойкости как механизма личностного развития интересовала человечество во все времена, только была представлена другими терминами, но близкими по значению. Корни этого феномена прослеживаются в античном философском направлении стоицизме. Философы Зенон Сенека, Марк Аврелий обосновывали разумную природу человека и необходимость стоического отношения к происходящим событиям, не подвластным воле человека. Важным моментом их концепции было то, что трудные жизненные ситуации не могут навредить человеку против его воли, так как важна не сама ситуация, а эмоциональное реагирование на нее. Философы призывали отвечать на события разумом, а не эмоциями.

«Жил, полон сил. Жизнь была ему в радость. Был Он без крыл, но ощущал крылатость», – эпитафия А. Цирлинсона отражает разнообразное проявление человеческой жизни.

Ф. Ницше, когда говорил «Все, что нас не убивает, делает нас сильнее» подразумевал внутренний стержень, который позволяет человеку не ломаться, а всего лишь гнуться и разрешать трудности.

В отечественной психологии различным аспектам жизнестойкости посвящено много работ. Среди них, теория о жизнестойкости, которая представляется как расширение мира (Д. А. Леонтьев) концепции жизнестойкости в психологии (Л.А. Александрова), жизнестойкость как психологический феномен (Д.М. Сотниченко), связь жизнестойкости с кризисом идентичности (М.Ю. Кузьмин), личностно-ситуационное взаимодействие (Е.Ю. Коржова),

психологическое содержание жизнестойкости личности студентов (М. В. Логинова) и др.

В своей работе «Психология смысла...» доктор психологических наук, Д. А. Леонтьев отмечает: «Жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешности деятельности».

Жизнестойкие люди обладают тремя важными качествами. Они умеют принимать действительность такой, какова она есть; они глубоко убеждены, что наша жизнь имеет смысл (основу для этой убежденности часто дает приверженность тем или иным ценностям); они отличаются незаурядным умением импровизировать и находить нетривиальные решения.

Феномен жизнестойкости включает в себя компоненты: вовлеченность, контроль, принятие риска.

Вовлеченность (commitment) – это уверенность в том, что даже в неприятных и трудных ситуациях, отношениях лучше оставаться вовлеченным: быть в курсе событий, в контакте с окружающими людьми, посвящать максимум своих усилий, времени, внимания тому, что происходит, участвовать в происходящем. Человек независимо от обстоятельств должен помнить, что жизнь стоит того, чтобы жить. Противоположностью вовлеченности является отчужденность.

Контроль (control) – это убежденность в том, что всегда возможно и всегда эффективнее стараться повлиять на исход событий. Если же ситуация принципиально не поддается никакому воздействию, то человек с высокой установкой контроля примет ситуацию как есть, то есть изменит свое отношение к ней, переоценит происходящее и т. д. Противоположностью контроля является беспомощность.

Принятие риска (challenge) – вера в то, что стрессы и перемены – это естественная часть жизни, что любая ситуация – это как минимум ценный опыт, который поможет развить себя и углубить свое понимание жизни. Противоположностью принятия риска является ощущение угрозы.

Сагалакова О.А. (кандидат психологических наук,), Стоянова И.Я. (профессор), Труевцев Д.В. (кандидат психологических наук) в исследовательской работе «Социальная тревога — маркер антивиталяного поведения в подростковом и юношеском возрасте» констатируют: «Проблема антивиталяного поведения в подростковом и юношеском возрасте требует внимания специалистов и проведения комплексной диагностики и профилактики данного феномена. Антивиталяное поведение включает в себя как возникновение мыслей о возможном уходе из жизни, размышления и настроенность на реализацию задуманного, так и собственно суицидальную и парасуицидаль-

ную активность на разных этапах ее осуществления. Психология антивитального поведения и психологическая помощь диктуется высоким уровнем самоубийств и покушений на собственную жизнь среди подростков в некоторых регионах России, снижением возраста первых попыток антивитальной направленности поведения, а также завершеного суицида, отсутствием на настоящий момент научно обоснованного и постоянно действующего алгоритма профилактических действий с учетом региональных особенностей».

Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного ребенка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед ним трудных жизненных ситуаций, создавшаяся социальная обстановка требует от детей максимальной адаптации. В связи с этим проблема формирования жизнестойкости современной молодежи приобретает особую актуальность.

Внимание ученых и педагогов–практиков обращено на методологические и исследовательские задачи по построению новой образовательной системы, позволяющей школе обеспечить условия для сохранения и укрепления психологического здоровья детей, для профилактики проявлений антивитального поведения обучающихся.

Цель программы формирования жизнестойкости обучающихся: создание благоприятных условий для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения.

Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных задач:

1. Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений.
2. Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов конструктивного поведения и готовности к их преобразованию.
3. Проводить занятия, тренинги с детьми и подростками с учетом критериев: когнитивного (осмысление и оценка ситуации), поведенческого

(навыки преодоления), мотивационного (мотив деятельности) и эмоционального (эмоциональное реагирование в сложной ситуации).

4. Способствовать развитию у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

5. Способствовать развитию навыков совладания со стрессом у всех участников образовательных отношений.

6. Организовать комплексное психолого-педагогическое изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся.

7. Организовывать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся группы «повышенного внимания».

8. Способствовать развитию критичности восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений.

9. Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений.

Направления деятельности программы:

- Работа с педагогами.
- Работа с детьми (индивидуальная и групповая).
- Работа с родителями.

Программа предназначена для обучающихся 4-11 классов.

Программа реализуется в 3 этапа

1. Этап – подготовительный (сентябрь 2024 г.)

Данный этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнеспособности обучающихся.

Диагностические материалы

Диагностические материалы муниципальной программы "Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска"

1-3 класс - Опросник «Сильные стороны и трудности» (заполняет учитель)

1-3 класс - Уровень субъективного благополучия (заполняет ребёнок)

1-3 класс - Шкала произвольной регуляции детей младшего школьного возраста (заполняет родитель)

4-7 класс-Методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева)

4-7 класс-Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

4-11 класс-Тест витальности

8-11 класс-Опросник-Способы совладающего поведения_Лазаруса_

8-11 класс-Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева т

Анкета для родителей-Организация внеклассной работы
Карта наблюдений (для педагогов)

Организация СПТ обучающихся -метод рекомендации ОЦДК

с7 класса Индивидуально-типологический опросник (ИТО), рекомендованный Министерством образования Новосибирской области ГБУ НСО «ОЦДК» («Организация социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление «группы повышенного внимания» среди обучающихся).

По итогам тестирования выделяется группа «повышенного внимания», с которой проводится дополнительное тестирование с использованием тестов:

- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.
- Методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева).
- Тест витальности.

8-11 классы

Единая методика социально-психологического тестирования, разработанная Министерством просвещения Российской Федерации.

По итогам тестирования выделяется группа повышенного внимания, с которой проводится дополнительное тестирование с использованием тестов:

- Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева.
- Способы совладающего поведения. Копинг-стратегии Лазаруса.
- Тест витальности.

Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни обучающегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в групповых протоколах. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики девиантного поведения на основе формирования жизнеспособности. Подготовительный этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнеспособности со школьником и его родителями.

Кадровое обеспечение

Администрация ОО:

1. Издаёт локальные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по профилактике суицидального поведения обучающихся.

2. Включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Профилактика кризисных ситуаций обучающихся. Развитие жизнеспособности».

3. Организует проведение методических семинаров, педагогических советов по организационно-содержательным вопросам развития жизнеспособности обучающихся в ОО пед. работниками; созданию условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных сложных ситуациях с применением технологий управления собственным профессиональным и личностным развитием, технологий формирования компетентностей, технологий гуманитарного сопровождения образования.

Классные руководители:

1. Совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом организуют и проводят диагностическое исследование обучающихся и определяют группу «повышенного внимания» в классном коллективе.

2. Определяют направления воспитательной работы в классном коллективе.

3. Планируют содержание классных часов, профилактических занятий, родительских собраний.

4. Взаимодействуют с педагогом-психологом, социальным педагогом.

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Определяют группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

2. Проводят консультирование родителей данной группы подростков, получает письменное разрешение (отказ) о проведении индивидуальной (групповой) профилактической работы.

3. Проводят диагностику личностного развития детей подросткового возраста с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (при наличии письменного разрешения родителей).

4. Составляют учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы риска, который утверждается директором ОО.

2. Этап - формирующий (сентябрь 2024 г. – май 2025 г.)

Формирующий этап включает в себя различные психолого-педагогические мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнеспособности, к которым относятся оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, критичность восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений, высокий уровень развития эмоционального интеллекта, осознание коллективной цели и желание браться за дело, каким бы сложным оно ни было.

Кадровое обеспечение:

Администрация:

1. Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов.

2. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по развитию жизнеспособности обучающихся.

Классные руководители:

1. Организуют просветительскую работу с родителями обучающихся, направленную на развитие и повышение психолого-педагогической компетентности в вопросах социализации в семье и школе, духовно-нравственного развития, ответственного поведения, готовности и способности выражать и отстаивать свою общественную позицию.

2. Проводят классные часы по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

3. Организуют включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

4. Осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в ТЖС.

Педагог-психолог:

5. Организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-2 групповых психологических занятий в 4-х, 11-х классах, во вновь созданных классах, в конфликтных классах.

6. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по развитию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в ТЖС. Содействует формированию и развитию гражданских, этических, эстетических, духовно-нравственных установок и ценностей, качеств личности, готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире, с адекватной самооценкой, навыками саморегуляции, позитивной социальной позицией, гибко использующей различные социальные роли.

7. Проводит спецкурс курс (факультатив) для обучающихся по развитию жизнеспособности.

8. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей.

9. Осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнеспособности.

Социальный педагог:

1. Осуществляет социальный патронаж обучающихся в социально-опасном положении, состоящих на ВШУ, ПДН.

2. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей.

3. Участвует в проведении классных часов по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

3. Этап - итоговый аналитической (май-июнь 2025 г.)

Оценка результатов, посредством повторной диагностики компонентов жизнеспособности обучающихся с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе.

Кадровое обеспечение:

Администрация:

1. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в 2021-2022 учебном году.

2. При необходимости осуществляет планирование работы на 2022-2023 учебные годы.

3. Организует обсуждение результатов работы с родителями и педагогическим коллективом.

4. Проектирует воспитательную работу по развитию жизнеспособности обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители:

1. Проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы. 2. Планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год.

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Осуществляют анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в 2020-2021 учебном году (совместно с администрацией ОУ). Планируют мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей, собственную работу на следующий учебный год.

2. Индивидуальная работа с подростками попавшим в «группу риска» по итогам диагностики, консультация с родителями и педагогами.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей по формированию жизнестойкости школьников через:

- Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах: 2 классный час в четверть в каждом классе (1-11) с использованием активных форм обучения, таких как деловые, ролевые игры, тренинги.
- Проведение 3-х родительских конференций и 2-х мастер классов в год с родителями по вопросам формирования жизнестойкости обучающихся.
- Организация и проведение 4 – х мастер классов с педагогами «Жизнестойкость. Как ее сформировать?».
- Проведение методических объединений, семинаров, индивидуальных и групповых консультаций с классными руководителями по вопросам выбора оптимальных методов и форм воспитательной работы, с учётом психофизиологических различий обучающихся, их половозрастных и индивидуальных особенностей;
- Просветительскую работу с родителями: проведение родительских собраний, информирование родителей через сайт школы на страничке «Формирование жизнестойкости»; распространение буклетов, методических рекомендаций родителям по коррекции деструктивных методов воспитания и оптимизации детско-родительских отношений.

Срок реализации Программы – 2024/2025 учебный год.

Показателем эффективности запланированных мероприятий выступает повышение уровня жизнестойкости подростков через достижение следующих результатов реализации Программы:

-создание образовательной среды, способствующей росту успешности каждого ученика, сохранению его физического и психологического здоровья;

- совершенствование системы работы по выявлению и поддержке обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения;
- разработка методической базы для учителей, классных руководителей по проблемам формирования навыков жизнестойкости обучающихся;
- повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОО и родителей.

Исполнителями основных мероприятий Программы являются:

| | |
|---------------|---|
| Администрация | <ol style="list-style-type: none"> 1. Вносит в должностные инструкции (заместителя директора по воспитательной работе, педагога-психолога, соц педагога, классных руководителей) изменения по закреплению ответственности за организацию работы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в соответствии с распределением должностных обязанностей; 2. Осуществляет планирование работы на 2024/2025 учебный год; 3. Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов; 4. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся; 5. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов. |
|---------------|---|

| | |
|----------------------------------|---|
| <p>Классный руководитель</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Проводит с обучающимися диагностическую методику; 2. Заполняют психологические тесты; 3. Определяет направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе; 4. Организует просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся; 5. Проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы; 6. Организует включение подростков в ценностно значимую для них деятельность; 7. Осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности |
| <p>Педагог-психолог</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Составляет Программу по формированию жизнестойкости обучающихся; 2. Проводит с обучающимися диагностическую методику; 3. Определяет «группу риска» подростков и детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся (воспитанники) без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направленности; 4. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации; |

| | |
|--------------------|--|
| | <p>5. Проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков, получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы;</p> <p>6. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей);</p> <p>7. Осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости</p> |
| Социальный Педагог | Осуществляет социальный патронаж обучающихся, находящихся в социально опасном положении, на учете в КДН и ЗП, ПДН |

Формы занятий: ролевые игры, деловые игры, тренинги, мастер-классы, индивидуальные собеседования, синектика, тестирование, ток-шоу, театр-экспромт.

Структура развивающих занятий:

1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Ознакомление с правилами.
4. Основная часть (упражнения, в ходе которых имитируется разрешение проблемной ситуации; отработка практических навыков жизнеспособности; разыгрывание по ролям содержания познавательного материала; организация коллективной деятельности по решению групповой задачи, учебному исследованию, основанному на использовании интуитивно-образного, метафорического мышления участников; импровизированные игры, направленные на улучшение психологического климата в коллективе).
5. Рефлексия (обмен мнениями и чувствами о проведенном занятии).
6. Заключительная часть тренинга (подведение итогов, получение обратной связи по тематике текущего занятия).

Прогнозируемые риски:

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

- Недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований программы.

- 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).

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня осведомленности школьников о своих внутренних ресурсах и уверенности в собственной способности контролировать свою жизнь.

- Повышение степени адаптационных способностей у обучающихся в стрессовых, конфликтных ситуациях с опорой на свои ресурсные качества, связанные с самореализацией, самоутверждением и трансценденцией личности (преодоление границ собственного «Я», выбор ценностных ориентаций, социальных установок).

- Приобретение обучающимися умения сотрудничать и строить доверительные отношения с другими людьми, освоение навыков работы в коллективе.

Список использованных источников:

1. Всемирная Декларация о высшем образовании для XXI века: подходы и практические меры. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.infopravo.ru/fed1998/cp02/akt13969.shtm>

2. Жукова О. И. Понятие трансценденции и его значение для анализа структуры самости. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-transtsendentsii-i-ego-znachenie-dlya-analiza-struktury-samosti/viewer>

3. Короленко Ц. П., Шпикс Т. А., Кольчугина Л. Г., Тищенко Е. В. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в образовательном учреждении: Методическое пособие / Научный редактор Н. А. Склянова. – Новосибирск: МКОУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2014. – 151 с.

4. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 236 с.

5. Мургулова А. О. Психолого-образовательное сопровождение формирования готовности старшеклассников к выбору стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kemsu.ru/upload/iblock/d60/d6001c03c23d70c2c15c4a03133304pdf>

6. Муругова, А. О. Эмоциональные и поведенческие реакции подростков в трудных жизненных ситуациях / А. О. Муругова // Современная психология: проблемы и решения: сборник статей Международной научно- практической конференции. – Москва, 2018. – С. 81-92.

7. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности // Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. – С. 59-65.

8. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании / Методическое пособие. – Барнаул, 2014. – 186 с.

9. Рыльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека [Текст] / Е. А. Рыльская. – Челябинск: Изд-во «Полиграф-Мастер», 2013. – 336 с.

10. Сборник статей «Современный интегративный подход в профилактике кризисных состояний» / Под общей ред. Н. А. Скляновой. – Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020. – 6 с.

11. Сирота Н. А., Ялтонский В. М., Хажиллина И. И., Видерман Н. С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.

ПЛАН ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
в 2024 / 2025 учебном году

| Содержание деятельности | Сроки | ответственные | Прогнозируемый результат |
|--|----------------|---|---|
| <i>Первый этап (сентябрь- октябрь)</i> | | | |
| Внесение в должностные инструкции (заместителя директора по воспитательной работе, классных руководителей) закрепление ответственности за организацию работы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в соответствии с распределением должностных обязанностей | Сентябрь | Директор школы, заместитель по УВР | Издание приказа, определение куратора проекта |
| Проведение входящей диагностики с обучающимися, педагогами, родителями/законными представителями (1-11 класс) | Сентябрь | Педагог-психолог | Анализ итогов тестирования, определение детей «группы риска» |
| Определение детей «группы риска». Разработка индивидуальной программы сопровождения (1-11 класс) | Октябрь | Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители | Наличие плана индивидуальных занятий |
| Разработка школьной Программы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся (1-11 класс) | 5 октября | Педагог-психолог., зам.дир. по УВР | Создание благоприятных условий для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактика антиви-тального поведения |
| Ведение на школьном сайте раздела «Формирование жизне- | В течение года | Педагог-психолог, | Повышение психолого- |

| | | | |
|--|------------------|---|--|
| стойкости обучающихся». | | зам.дир. по УВР | педагогической компетентности педагогов и родителей по формированию жизнестойкости школьников |
| Разработка Moodle курса для всех участников образовательных отношений | Октябрь - ноябрь | Педагог-психолог., зам.дир. по УВР | |
| Пополнение материала на веб-странице «Жизнестойкость – это мой девиз» в разделе «Формирование жизнестойкости», наполнение его методическими материалами для педагогов и советами для родителей и детей | В течение года | Педагог-психолог, зам.дир. по УВР, социальный педагог | |
| Обновление мобильного школьного уголка по формированию жизнестойкости «Любим жизнь! Ценим здоровье!» | В течение года | Педагог-психолог, социальный педагог | Повышение уверенности в себе, формирование образа «Я», формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативности |
| Тематическая неделя «Что такое жизнеспособность» . Конкурс плакатов (5-11 класс) | октябрь | Педагог-психолог, социальный педагог | Обретение обучающимися знаний в области жизнестойкости |
| Тематическая неделя «Что такое жизнеспособность» . Уроки психологии и социологии (1-4 класс) | октябрь | | |
| Организация и проведение семинаров для педагогов «Жизнеспособность обучающихся. Роль учителя» (1-11 класс) | сентябрь | Педагог-психолог, зам.дир. по УВР, социальный педагог | Методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости |
| Организация и проведение родительских конференций | сентябрь | Педагог-психолог, | Повышение психологической компе- |

| | | | |
|---|------------------|--|--|
| «Жизнестойкость детей. Роль родителей» (1-11 класс) Размещение записи на сайте школы | | зам.дир. по УВР, социальный педагог | тенции родителей в области жизнестойкости |
| Определение направления воспитательной работы и планирование классных часов, родительских собраний в классном коллективе с учётом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе | октябрь | Классные руководители | Планирование воспитательной работы по формированию жизнестойкости |
| <i>Второй этап (ноябрь – апрель)</i> | | | |
| Организация и проведение индивидуальных консультаций со всеми участниками образовательных отношений | В течение года | Педагог-психолог, социальный педагог | Простраивание индивидуальной траектории сопровождения |
| Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) по вопросам формирования навыков жизнестойкости, в том числе с использованием интернет-ресурсов и сайта школы (распространение буклетов, родительские собрания, интернет-ссылки) | В течение года | Педагог-психолог, социальный педагог | Повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОО и родителей. |
| Проведение родительской конференции «Жизнестойкость моего ребенка – это важно!» | Январь | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги | |
| Организация и проведение родительской Академии «Жизнестойкость. Обмен опытом по формированию данного навыка у детей» | Март | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги | |
| Организация проведения тимбилдинга «Я, ты, он, она - вместе жизнестойкая семья» с уча- | Ноябрь – декабрь | Педагог-психолог, социальный педагог | Создание условий для взаимообогащения знаниями по |

| | | | |
|---|------------|---|---|
| стие родителей, обучающихся и педагогов (1-11 класс) | | педагог, педагоги | вопросу жизнеспособности |
| Организация, написание программы внеурочного курса «Кружок психологии – Успех» | Ноябрь-май | Педагог-психолог | Освоение обучающимися технологии жизнестойкости |
| Организация и проведение методических семинаров для педагогов по отработке психолого-педагогических технологий формирования жизнестойкости школьников «Жизнестойкость. Технологии формирования» | Декабрь | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги | Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по формированию жизнестойкости школьников |
| Мастер класс «Хочу быть жизнестойким педагогом» | январь | | |
| Промежуточная диагностика обучающихся с целью определения жизненной перспективы и ценностной ориентации личности обучающихся (1-11 класс) | февраль | Педагог-психолог, социальный педагог | Портрет выпускника |
| Деловая игра «Жизнестойкость – формула жизни» (5-11 класс) | декабрь | Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители | увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения |
| Ролевая игра «Посмотрите – это жизнеспособность» (5-11 класс) | январь | | |
| Тренинг «Жизнеспособность. Давай научимся» (5-11 класс) | март | | |
| Мировое кафе «Алгоритм выработки жизнестойкости» с участием педагогов и обучающихся (1-11 класс) | май | | |
| Уроки психологии «Что такое жизнестойкость (1-4 класс) | декабрь | | |

| | | | |
|---|---------------|---|--|
| Тренинг « Жизнеспособность . Давай научимся» (1-4 класс) | январь | | |
| Организация, разработка и защита классных (групповых проектов) «Моя жизнестойкость» (1-4 класс) | март | | |
| Организация и проведения ученической конференции « Жизнестойкость в современном обществе» (1-11 класс) | апрель | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги, обучающиеся | Повышения психологической компетенции всех участников образовательного процессе |
| Разработка Moodle курса для детей и родителей «группы риска» | декабрь | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги | Создание условий включенности в процесс профилактики и коррекции всех участников образовательных отношений |
| Разработка и реализации программы интегративных уроков с психология +история «Всё, что тебя касается» (5-11 класс) | Декабрь - май | Педагог-психолог, учитель истории | Формирование и развитие навыков здорового образа жизни обучающихся |
| Индивидуальная коррекционно-развивающая работа с учащимися, испытывающими трудности в обучении и воспитании (Индивидуальная коррекционно-развивающая программа) | по запросу | Педагог-психолог, социальный педагог, педагоги | Снижение уровня эмоционального напряжения, повышение уверенности в себе, формирование образа «Я», формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативности, познавательных процессов |
| Коррекционная работа с учащимися с отклоняющимся по- | по запросу | Педагог-психолог, | Личностное развитие подростков, ко- |

| | | | |
|---|----------------|--|--|
| ведением . | | социальный педагог, педагога | торое включает понимание себя, своих чувств, мотивов своих поступков; решение проблем в сфере взаимоотношений с окружающими, как в установлении позитивных контактов, так и в избегании конфликтов и развитие навыков общения; формирование самоконтроля |
| Социальный патронаж обучающихся, находящихся в социально опасном положении, на учётах | в течение года | Социальный педагог | Своевременная поддержка детей, находящихся в социально опасном положении |
| Общешкольное родительское собрание «Формирование жизнестойкости и антивитального поведения у подростков» | Январь | Педагог-психолог, социальный педагог, педагога | Формирование и развитие компетенций, необходимых для воспитания детей, гармонизации семейных отношений |
| Размещение на стендах информации об адресах, контактных телефонах получения психологической, педагогической, медицинской помощи в кризисной стрессовой ситуации | в течение года | Педагог-психолог | Своевременное информирование обучающихся о телефонах доверия на стенде «Твоя правовая грамотность», стенде «Здоровье как стиль жизни» |
| Тренинги «Формирование жизнестойкости обучающихся - наша общая задача» с привлече- | Март | Администрация ОО, классные ру- | Выработка алгоритма по формированию и повыше- |

| | | | |
|--|------|---|--|
| чение всего коллектива школы | | ководители, педагог-психолог, социальный педагог, учителя, обслуживающий персонал | нию сопротивляемости стрессу, развитие эмоционально – волевой сферы, развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы, освоение навыков конструктивного взаимодействия |
| <i>Третий этап</i> | | | |
| Мониторинг социальной компетентности обучающихся (на основании профиля сформированности качеств жизнестойкости в классных коллективах) Опросы, наблюдения, самонаблюдения, анализ результатов деятельности учащихся | май | Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители | Обработка данных тестирования с помощью методов математической статистики. Составление отчета о проделанной работе в рамках реализации Программы |
| Анализ и оценка результатов школьной Программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2021/2022 учебном году в соответствии с показателями эффективности . Составление отчета. | Май | Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители | Аналитический анализ итогов реализации программы, перспективное планирование |
| Выступление на педагогическом совете» Жизнеспособность. Возможности и перспективы» | Июнь | Педагог-психолог | Определение стратегии работы |

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Учебно-тематический план курса внеурочной деятельности «Кружок психологии – «Успех»».

Рабочая программа развивающих занятий по психологии разработана на основе методического пособия с электронным приложением Д.А.Глазунова «Психология. Развивающие занятия»- М.: Издательство «Глобус», 2015 – 240 с. – (Школьный психолог).

| № | раздел | Всего часов | В том числе | | Форма контроля |
|---|---|-------------|---------------|--------------|---|
| | | | теоретических | практических | |
| 1 | Восприятие и ориентация в пространстве | 3 | 1 | 2 | Диагностическое упражнение «Словесный аукцион» |
| 2 | Произвольность в жизнестойкости | 1 | | 1 | Диагностическое упражнение «Корректор» |
| 3 | Мышление для формирования жизнестойкости | 6 | 1 | 5 | Диагностическое упражнение «Спрятанное слово» |
| 4 | Внимание. Как это поможет жизнестойкости | 9 | 1 | 8 | Диагностическое упражнение «Продолжи историю» |
| 5 | Память. Что нужно помнить о жизнестойкости | 6 | 1 | 5 | Диагностическое упражнение «Пропавшее число» |
| 6 | Воображение. Она мне поможет в жизнеспособности | 6 | 1 | 5 | Упражнение «Новый волшебный предмет» |
| 7 | Речь. Я хочу сказать о жизнеспособности | 3 | 1 | 2 | Диагностическое упражнение «Перепутанный рассказ» |

| | | | |
|---|-------|----|--|
| 8 | Итого | 34 | |
|---|-------|----|--|

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

| Направление | Критерии | |
|-----------------------------------|---|--|
| | количественные | качественные |
| Обучающиеся | <ul style="list-style-type: none"> -доля обучающихся, вовлеченных в реализацию программы – 100%; - доля обучающихся, обеспеченных информационным материалом – 100%; -дснижение доли обучающихся с низким уровнем сформированности жизнестойкости – | <ul style="list-style-type: none"> - соответствие информационно материала и проводимых мероприятий целевой аудитории; -сформированность потребности к саморазвитию и самосовершенствованию. |
| Родители (законные представители) | <ul style="list-style-type: none"> -высокий уровень родителей, вовлеченных в реализацию программы ; - высокий уровень , обеспеченных информационным материалом ; | <ul style="list-style-type: none"> -повышение психолого-педагогической компетентности родителей по формированию жизнестойкости школьников, -повышение эффективности использования интернет-ресурсов для создания единого образовательного пространства |
| Педагоги | <ul style="list-style-type: none"> - высокий уровень педагогов, вовлечённых в реализацию программы | <ul style="list-style-type: none"> - повышение уровня мотивации педагогов; - внедрение управленческих механизмов мотивации педагогов в образовательный процесс; |

| | | |
|----------------------------------|--|---|
| | | -повышение психолого-педагогической компетентности педагогов. |
| Просветительско-профилактическое | <ul style="list-style-type: none"> - высокий уровень участников , участвовавших в мероприятиях ; -полный охват профилактической работой обучающихся «группы риска» | <ul style="list-style-type: none"> - соответствие подачи материала возрастным особенностям; - соответствие обучающего материала проблемной ситуации; - насыщенность обучающего материала информацией. |
| Коррекционно-развивающее | <ul style="list-style-type: none"> - улучшение показателей диагностических исследований -сокращение доли обучающихся «группы риска» | <ul style="list-style-type: none"> - соответствие методик особенностям обучающихся группы риска; - качественная динамика состояния обучающихся в процессе реализации коррекционных мероприятий; - субъективные данные об эмоциональном самочувствии обучающихся. |