

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ №44
им. Героя чеченской войны
погибшего виновника Заднего В.И.
Горячеву Татьяну Геннадьевну Тараненко
2023г.



План
по формированию жизнестойкости
учащихся
МБОУ СОШ №44
на 2023-2024 учебный год

План формирования жизнестойкости детей (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 как 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 обучающейся молодежи.

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 обучающихся позитивную, устойчивую самооценку.
4. Обучать детей и подростков самоэффективности.
5. Развивать у обучающихся самосознание в соответствии с возрастными задачами.
6. Развивать 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», неадаптивными 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».

Реализация Плана осуществляется с младшего школьного возраста 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, неадекватной самооценкой. 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 Плане 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 Плане 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 Плана направлен на создание социально-психологического-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.

План

формирования жизнестойкости учащихся
МБОУ СОШ №44 им. Героя чеченской войны подполковника Зрилиего В.И.
на 2023-2024 учебный год

1 Этап: подготовительно-диагностический

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные	Отметка о выполнении
1.	Разработка и утверждение плана работы по формированию жизнестойкости обучающихся на учебный 2023-2024 год	Август	Зам. директора по ВР	
2.	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия», кризисных горячих линий Краснодарского края. Размещение информации о психологической службе на сайте школы и на информационных стендах	Август	Педагог-психолог	
3.	Работа школьного сайта (рекомендации для родителей и обучающихся, консультативная помощь специалистов)	Ежекварталь но	Ответственный за сайт	
4.	Составление социального паспорта семей обучающихся 1 – 11 класса. Сбор банка данных. Выявление детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	В течение года, по итогам мониторинга	социальный педагог	
5.	Проведение рейдов по семьям, состоящим на различных видах учёта	Август-сентябрь	Администрация школы, соц.педагог,	
6.	Заседание психолого-педагогического консилиума школы. Разработка и коррекция индивидуальных планов сопровождения (профилактической работы) обучающихся «группы риска», включаяющих коррекционно-развивающие занятия	1 раз в четверть по плану, внеплановые	кл. руководители Администрация школы, члены консилиума	

(индивидуальные или групповые) по формированию навыков саморегуляции		по необходимости	
№	Описание мероприятий	Время	Команды
7.	Организация информационно-мотивационной кампании СПГ. Информирование законных представителей о проведении мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов в образовательных учреждений. Сбор согласий на участие в мониторинге (при отсутствии общего согласия на психологического сопровождение обучающегося).	Сентябрь	Классные руководители, педагог-психолог
8.	Проведение мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов общеобразовательных учреждений муниципального образования	Сентябрь-октябрь, март-апрель	Классные руководители, педагог-психолог
9.	Проведение социометрического исследования и анализ его результатов, выявление группы риска. Выявление динамики изменений социально-психологического климата класса/ группы	Октябрь, апрель	Классные руководители, педагог-психолог
10.	Анализ результатов СПГ; выявление групп риска. Составление планов ИПС по результатам СПГ, социометрического исследования, с учетом результатов психологического наблюдения.	Ноябрь	Социальный педагог, педагог-психолог, ППК
11.	Проведение диагностики по изучению уровня адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов	Октябрь-ноябрь	Классные руководители, педагоги-психологи
12.	Корректировка планов ИПС	Декабрь	Социальный педагог, педагог-психолог, ППК
13.	Организация повышения квалификации педагогов (служба медиации, ШВР, Совет профилактики)	По графику курсов ПК	Руководитель ОО

II этап: обучающий

№ п/п	Содержание работы	Сроки			Ответственные	Отметка о выполнении
		Сроки	Ответственные	Сроки		
14.	Составление рекомендаций и консультирование по итогам проведения мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов вопросам адаптации 1, 5, 10 классов	В течение года	Педагог-психолог			
15.	Разработка рекомендаций педагогам, классным руководителям по проведению групповой работы в классе (по компетенции) по результатам СПТ.	Ноябрь	Социальный педагог, педагог-психолог			
16.	Составление плана индивидуального сопровождения и групповой работы с детьми, находящимися в «группе риска» и детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации	По итогам мониторинга и по мере выявления	Специалисты ШВР			
17.	Организация и проведение мероприятий психологического просвещения педагогов. Примерные темы бесед и групповых консультаций: «Проблемы адаптации ребенка к школе», «Развитие ценностей учётом возраста обучающихся», «Слияние классных коллективов», «Психологическая безопасность, как её создавать», «Профилактика буллинга в детском коллективе», «Риски в сети Интернет», «Жизнестойкость как личностная характеристика», «Маркеры суициального поведения».	Раз в квартал	педагог-психолог			
	Примерные темы дискуссий: «Ребенок и компьютер», «Искусство хвалить ученика», «Школа и учитель глазами ребёнка», «Методы поддержки детей в трудных жизненных ситуациях», «Обицаться с подростками, как?»					
	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					

18.	Экзаменам», «Психология успеха в воспитании». Проведение психодиагностического исследования по вопросам детско-родительских отношений, выявление актуальных проблемных вопросов семейного воспитания, консультирование по результатам диагностики 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).	В течение года по запросу	педагог-психолог	
19.	Организация и проведение мероприятий просвещения родителей (законных представителей) по основам психологии и педагогике(примерные темы): «Мой дом – моя крепость. Влияние семейного микроклимата на формирование личности ребенка», «Как выстроить отношения с ребенком на доверии», «Псощирение и наказание», «Жизнь ребенка – наша забота» «Интересы и склонности моего ребенка», «Как помочь ребенку совладать со стрессом» (для 1-4 классов); «Роль семьи в формировании жизнестойкости ребенка», «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» (для 5-8 классов)	По запросу	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	
20.	«Профессиональное и жизненное самоопределение», «Стрессоустойчивость выпускников. Как воспитывать уверенность ребенка в своих силах» (для 9-11 классов). Проведение индивидуальных консультаций обучающихся по	По запросу	Педагог-	

	решению их личностных проблем (обучающиеся 1-11 классов)	психолог, кл. руководители, социальный педагог	
21.	Реализация программ (цикла мероприятий) по формированию жизнестойкости и психологического здоровья личности: Психолого-педагогическая программа, направленная на развитие у подростков компонентов жизнестойкости, формирование жизнестойких установок и навыков эффективного функционирования в условиях трудной жизненной ситуации «Держи удар»; «Полезные привычки, навыки, выбор» «Я принимаю вызов!»; «Безопасная медиасреда»; «Мы вместе»	В течение года	Педагог- психолог, кл. руководители, социальный педагог
22.	Организация внеурочной деятельности обучающихся, находящихся в группе риска и детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	В течение года	Руководитель ОО, зам. директора по ВР, кл. руководители, педагоги
23.	Проведение отдельных мероприятий, направленных на формирование жизнестойкости, правосознания, саморегуляции обучающихся (классных часов, тематических, интерактивных, бесед, практических занятий, тренингов, круглых столов, диспутов и т.д.) (Приложение 1)	В течение года, по запросу	социальный педагог, педагог- психолог, кл. руководители
24.	Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в период подготовки к выпускным экзаменам по программам: «Путь к успеху» Стебеневой Н., Королевой Н.; Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ: профилактика	Ежемесячно	Педагог- психолог, кл. руководители

	экзаменационной тревожности (сост. М.А. Павлова, О.С. Гришанова).		
25.	Проведение психокоррекционных занятий с обучающимися «группы риска», детьми ТЖС, неадаптивными и «отверженными» детьми	По индивидуальному плану	Педагог-психолог
III этап: оценочный			
№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные за выполнение
26.	Проведение повторного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов образовательных организаций	Март-апрель	Педагог-психолог, кл. руководители
27.	Проведение анализа и обобщения результатов по итогам мониторинга	Май	Педагог-психолог
28.	Проведение анализа результатов реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся и планирование перспективы работы на следующий учебный год	Май, август	Специалисты ШВР
29.	Анализ результатов деятельности	Май-июнь	Педагог-психолог
30.	Представление отчета об эффективности реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся. Внесение новых направлений на следующий учебный год.	Май	Руководитель ОО, зам. директора по ВР

Приложение №1
к плану формирования жизнестойкости
учащихся в МБОУ СОШ №44

**График проведения мероприятий
по формированию жизнестойкости учащихся в МБОУ СОШ №44**

№ п/ п	Тема мероприятия	Форма проведения	Срок проведения	ответственные	Отметка о выполнении
1.	Обсуждение и утверждение плана по формированию жизнестойкости	Заседание штаба ШВР	Сентябрь 2023 г	Зам директора по ВР.	
2.	«Неделя безопасности» Беседа «Закон №1539 КК»	Классный час для учащихся 5-9 классов	Сентябрь 2023г.	социальный педагог. Инспектор ОГДН	
3.	«Вверх по лестнице или мои жизненные ценности»	Классный час для учащихся 8-9 классов	Сентябрь 2023г.	Педагог-психолог	
4.	Социометрия	Тестирование учащихся 5-11 классов	Сентябрь 2023г.	Классные руководители.	
5.	Определение уровня тревожности учащихся	Тестирование учащихся 6-11 классов	Сентябрь-Октябрь 2023г.	Педагог-психолог	
6.	«Правонарушения как результат вредных привычек» (О вредных привычках, которые могут привести	Классный час для учащихся 6-7 классов	Октябрь 2023г.	Социальный педагог	

	<p>к ответственности – административной, уголовной. Об ответственности за правонарушения, совершенные в состоянии алкогольного или наркотического опьянения»</p>			
7.	<p>«Уважать себя – уважать другого» (О правилах поведения несовершеннолетних граждан в общественных местах, законодательстве, предусматривающем ответственность за нарушение таких правил)</p>	<p>Классный час для учащихся 2-4 классов</p>	<p>Октябрь 2023 г.</p>	<p>Социальный педагог</p>
8.	<p>«Выбираю будущее»</p>	<p>Классные часы в учащихся 5 классов</p>	<p>Октябрь 2023г.</p>	<p>Классные руководители</p>
9.	<p>Мы за ЗОЖ</p>	<p>Спортивные соревнования</p>	<p>Ноябрь 2023</p>	<p>Классные руководители, учителя физкультуры</p>
10.	<p>«В моей жизни много разного: и хорошего, и трудного»</p>	<p>Классный час для учащихся 6-7 классов</p>	<p>Ноябрь 2023г.</p>	<p>Педагог-психолог</p>
11.	<p>«Скорая помощь себе в трудных ситуациях»</p>	<p>Классный час для учащихся 8 классов</p>	<p>Ноябрь 2023г.</p>	<p>Социальный педагог</p>
12.	<p>«Я и моя семья» (О правовых аспектах семейных правоотношений,</p>	<p>Классный час для учащихся 7-</p>	<p>Ноябрь 2023 г.</p>	<p>Социальный педагог</p>

13.	правах и обязанностях членов семьи) «Трудные жизненные ситуации и стратегии их преодоления»	8 классах Классный час для учащихся 8 классов	Декабрь 2023г.	Педагог-психолог
14.	«Как жить в Мире с родителями»	Классный час для учащихся 9-10 классов	Декабрь 2023г.	Классные руководители
15.	«Я – часть всего мира» (Об основных положениях Федерального закона «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», запрещенной для распространения среди детей и мерах ответственности за буллинг)	Классный час для учащихся 5-7 классов	Декабрь 2023г.	Социальный педагог
16.	«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома»	Классный час для учащихся 5-8 классов	Декабрь 2023 г.	Социальный педагог
17.	«Снятие эмоционального напряжения в моменты жизненных трудностей»	Классный час с элементами тренинга для учащихся 5-8 классов	Январь 2024 г.	Педагог-психолог
18.	«Законы, которые меня защищают»	Классный час для учащихся 9-11 классов	Январь 2024г.	Социальный педагог
19.	«Особенности влияния никотина и других токсических веществ на	Классный час для учащихся 6-	Январь 2024 г,	Социальный педагог

	развитие организма человека»	9 классов	Январь 2024 г.	Классные руководители
20.	Конкурс рисунков по теме ЗОЖ	Учащиеся 1-4 классов	Февраль 2024г.	Классные руководители
21.	«Как сказать «нет» и отстоять свое мнение»	Классный час для учащихся 5-8 классов	Февраль 2024г.	Классные руководители
22.	«Хочу быть успешным»	Классный час с элементами тренинга для учащихся 9 классов	Февраль 2024г.	Педагог-психолог
23.	«Стань достойным примером»	Классный час для учащихся 10-11 классов	Февраль 2024г.	Социальный педагог
24.	«Вежливый потребитель» (О правах потребителя, способах защиты нарушенных прав, особенностях продажи потребительских товаров посредством сети интернет)	Классный час для учащихся 9-10 классов	Февраль 2024г	Социальный педагог
25.	Определение уровня тревожности	Тестирование учащихся 5-11 классов	Март 2024г.	Педагог-психолог
26.	«Что такое настоящий друг?»	Классный час для учащихся 5 классов	Март 2024г.	Классные руководители
27.	«Жизнь в мире с собой и с другими» (Содействие формированию толерантности и профилактики	Классный час для учащихся 9-11 классов	Март 2024 г.	Социальный педагог

	межнациональной розни и нетерпимости)			
28.	«Гармония тела и духа»	Классный час для учащихся 6-7 классов	Март 2024 г.	Социальный педагог
29.	«Подросток и конфликты»	Классный час для учащихся 5-6 классов	Апрель 2024г.	Педагог-психолог
30.	«Ценить настоящее»	Классный час для учащихся 7-8 классов	Апрель 2024г.	Классные руководители
31.	«Поговорим о чести и достоинстве»	Классный час для учащихся 9-10 классов	Апрель 2024г.	Социальный педагог
32.	«Конституция – основной закон государства» (Об основных положениях Конституции РФ)	Классный час для учащихся 7-8 классов	Апрель 2024 г.	Социальный педагог
33.	Социометрия	Тестирование учащихся 5-11 классов	Апрель 2024г.	Классные руководители.
34.	«Проблема нравственного выбора»	Классный час для учащихся 9, 10 классов	Май 2024г.	Социальный педагог
35.	«Снятие эмоционального напряжения в моменты жизненных трудностей»	Классный час с элементами тренинга для учащихся 9-11 классов	Май 2024г.	Педагог-психолог

36.	Веселые старты	Кружок в рамках внекурортной деятельности	Сентябрь 2023 – Май 2024г.	Учителя физкультуры
37.	Неделя правовых знаний Беседа «Закон №1539 КК»	Классные часы 9-11 классы	Май 2024г	Социальный педагог

**График проведения мероприятий по формированию жизнестойкости
с педагогами и родителями (законными представителями)**

в МБОУ СОШ №44

№ п/п	Тема мероприятия	Ответственный	Отметка о выполнении
	<ul style="list-style-type: none"> - «Проблемы адаптации ребенка к школе»; - «Развитие ценностей с учётом возраста обучающихся»; - «Сложение классных коллективов»; - «Психологическая безопасность, как её создавать»; - «Профилактика буллинга в детском коллективе»; - «Риски в сети Интернет»; - «Жизнестойкость как личностная характеристика»; - «Маркеры суициального поведения»; - «Поддержка обучающихся в период подготовки к экзаменам» <p>- Выступление педагога-психолога на педсоветах.</p>	<p>Зам директора по ВР; соц. педагог; педагог – психолог; классные руководители.</p>	