

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ №3
им. генерал – фельдмаршала
М.С.Воронцова
г. Ейска МО Ейский район
Мозговая Е.Х.
(подпись руководителя ОУ)
«01» сентября 2023 г.

ПЛАН
по формированию жизнестойкости обучающихся
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № 3
ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-ФЕЛЬДМАРШАЛА МИХАИЛА СЕМЕНОВИЧА ВОРОНЦОВА
ГОРОДА ЕЙСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

План формирования жизнестойкости учащихся общеобразовательных учреждений Ейского района (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 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», 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».

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, 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 средства, 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: целеустремлённости, настойчивости, умения преодолевать внешние и внутренние трудности.

Основной акцент мероприятий Плана 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 Плана может быть возможность интеграции и дополнения содержания предметных программ по тематике, связанной с формированием жизнестойкости обучающихся, в курсах биологии, основ физиологической культуры, ОБЖ, литературы.

**Содержание мероприятий по реализации плана формирования жизнестойкости учащихся
общеобразовательного учреждения СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № 3
ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-ФЕЛЬДМАРШАЛА МИХАИЛА СЕМЕНОВИЧА ВОРОНЦОВА
ГОРОДА ЕЙСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН
на 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Результат
Подготовительно – диагностический этап					
1.	Организация и развитие деятельности служб медиации, штабов воспитательной работы, советов профилактики	Специалисты ШВР ОО	В течение года	Заместитель директора - Колесникова Е.С.	Планы работы, протоколы
2.	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия», кризисных горячих линий Краснодарского края. Размещение информации о психологической службе образовательной организации на сайте школы и на информационных стендах	Законные представители, педагоги ОО, обучающиеся	август - сентябрь 2023г.	Специалисты ШВР ОУ	Стенд, сайт ОО
3.	Работа школьного сайта (рекомендации для родителей и обучающихся, консультативная помощь специалистов)	Законные представители, педагоги ОО, обучающиеся	В течение года	Ответственный за сайт ОУ	Наполнение страниц на сайте
4.	Составление социального паспорта семей обучающихся 1-11 классов. Сбор банка данных. Выявление детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Законные представители, обучающиеся	Сентябрь 2023г.	Специалисты ШВР, классные руководители ОУ	Соц. паспорт, банк данных детей «группы риска», детей в ТЖС
5.	Проведение рейдов по семьям, состоящим на различных видах учета	Законные представители, обучающиеся	ежемесячно	Специалисты ШВР, классные руководители ОУ	Акт о посещении семьи
6.	Заседание психолого- педагогического консилиума образовательной организации. Разработка и коррекция индивидуальных планов сопровождения	Законные представители, члены	1 раз в четверть по плану ОУ,	Администрация ОО, члены	Положение о работе ППК, протокол ППК,

	(профилактической работы) обучающихся «группы риска», включающих коррекционно – развивающие занятия (индивидуальные или групповые) по формированию навыков саморегуляции	консилиума	внеплановые по необходимости	консилиума	план сопровождения обучающегося
7.	Информирование родителей (законных представителей) о проведении мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов образовательного учреждения. Сбор заявлений о согласии на обработку персональных данных	Законные представители 5-11 классы	Сентябрь 2023г.	Заместитель директора Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., классные руководители	Согласие родителей (законных представителей)
8.	Организация и проведение мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов образовательного учреждения	Обучающиеся 5-11 классов ОО	сентябрь – октябрь 2023 март – апрель 2024 г.	Заместитель директора Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., классные руководители	Протоколы исследований
9.	Анализ и обобщение данных по результатам проведенного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов ОО	Обучающиеся 5-11 классов ОО	ноябрь – декабрь 2023; апрель-май 2024 г.	Заместитель директора Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В.	Аналитическая справка, соответствующие отчеты
10.	Создание банка данных детей, находящихся в «группе риска», трудной жизненной ситуации, социально опасном положении	Обучающиеся 5-11 классов ОО, законные представители	В течение года, по мере выявления и по итогам мониторинга	Заместитель директора Колесникова Е.С., социальный педагог – Барабашева В.А.,	Списки

				педагог – психолог – Винокурова М.В., классные руководители	
11.	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 – Винокурова М.В.	Аналитическая справка
II этап: обучающий					
12.	Составление рекомендаций для обучающихся, законных представителей, педагогов по итогам проведения мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и вопросам адаптации 1,5,10 классов	Обучающиеся 5-11 классов ОУ, законные представители	В течение года по потребности	Заместитель директора Колесникова Е.С., педагог-психолог – Винокурова М.В.	Рекомендации, журнал консультаций
13.	Составление плана индивидуального сопровождения и групповой работы с детьми, находящимися в «группе риска» и детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации	Законные представители, дети «группы риска», дети в ТЖС	по итогам мониторинга и по мере выявления	Специалисты ШВП ОО	План сопровождения обучающегося
14.	Организация реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, детей с суицидальными проявлениями	Законные представители, дети «группы риска», дети в ТЖС	В течение года, по отдельному плану	Заместитель директора - Колесникова Е.С., педагог-психолог – Винокурова М.В., социальный педагог-Барабашева В.А., классные	Ведение личного дела на обучающегося (семью)

				руководители	
15.	<p>Организация и проведение мероприятий психологического просвещения педагогов.</p> <p>Темы бесед и групповых консультаций: «Проблемы адаптации ребенка к школе» (III квартал, сентябрь); «Развитие ценностей с учетом возраста обучающихся» (IV квартал, ноябрь); «Формирование позитивного мышления как профилактика конфликта» (I квартал, февраль); «Методы и приемы снятия стресса» (II квартал, апрель); <u>для педагогов</u> – «Профилактика буллинга в детском коллективе» (I квартал, февраль), «Риски в сети Интернет» (II квартал, апрель), «Жизнестойкость как личностная характеристика» (III квартал, сентябрь), «Маркеры суицидального поведения» (IV квартал, ноябрь).</p>	Педагоги ОО	Раз в квартал	Педагог-психолог – Винокурова М.В.	Отчет о проведенном мероприятии
16.	<p>Проведение психодиагностического исследования по вопросам детско-родительских отношений, выявление актуальных проблемных вопросов семейного воспитания, консультирование по результатам диагностики.</p> <p>Диагностические 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 - Винокурова М.В.	Аналитическая справка
17.	<p>Организация и проведение мероприятий просвещения родителей (законных представителей) по основам психологии и педагогике, в том числе по профилактике деструктивного поведения с привлечением сотрудников заинтересованных ведомств (примерные темы):</p> <p>«Мой дом – моя крепость. Влияние 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>Родители (законные представители) обучающихся</p> <p>1-4-х классов</p> <p>5-8 классов</p> <p>9-11 классов</p>	По плану, по запросу	Классные руководители ОУ, социальный педагог – Барабашева В.А., педагог – психолог – Винокурова М.В.	Отчет о проведении мероприятия

18.	Проведение индивидуальных консультаций обучающихся по решению их личностных проблем	Обучающиеся 1-11 классов	По запросу	Педагог-психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Журнал консультаций
19.	Реализация программ (цикла мероприятий) по формированию жизнестойкости и психологического здоровья личности: <u>Возможные программы:</u> «Давайте жить дружно»; «Тропинка к своему Я»; «Полезные привычки, навыки, выбор» «Краски моей души»; «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»	Обучающиеся: 1-х классов 1-4-х классов 1-4-х классов 1-5-х классов 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	В течение года	Педагог-психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Журнал групповой работы, отчет о проведении мероприятия
20.	Организация внеурочной деятельности обучающихся, находящихся в «группе риска» и детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Дети «группы риска», дети ТЖС	В течение года	Заместитель директора - Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	План внеурочной деятельности

21.	<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.)</p> <p>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 уважения!» «Экология социального здоровья» «Скорая помощь себе в трудных ситуациях» «Как распознать угрозу (вопросы интимной безопасности)» «Юридическая грамотность – залог безопасности!» «Стресс – как с ним совладать!» «Законы, которые меня защищают!» «Стань достойным примером!» «О нарушении законов: ответственная позиция» «Если ты оступился!»</p>	<p>Обучающиеся</p> <p>1-4-х классов</p> <p>5-8-х классов</p> <p>9-11-х классов</p>	В течение года	Педагог-психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Отчет о проведении мероприятия
22.	Проведение мероприятий в рамках «Неделя правовых знаний»	Обучающиеся 5-11-х классов	за 2 недели перед каникулами (октябрь, декабрь, март, май)	Заместитель директора - Колесникова Е.С., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Отчет о проведении мероприятия, информация на официальном сайте и в социальных сетях
23.	Проведение мероприятий в рамках «Неделя психологии»	Обучающиеся 1-11-х классов	январь 2024 года, апрель 2024 года	Заместитель директора - Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., классные руководители	Отчет о проведении мероприятия, информация на официальном сайте и в социальных сетях
24.	Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в период	Обучающиеся	Ежемесячно	Заместитель	План

	подготовки к выпускным экзаменам. Возможные программы: «Путь к успеху» Стебеновой Н., Королевой Н.; Программа занятий по подготовке учащихся 9-х и 11-х классов к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга Гуськовой Е. и Будневич Г. Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ: профилактика экзаменационной тревожности (сост. М.А. Павлова, О.С. Гришанова).	9-11-х классов		директора - Ряденцева М.В., педагог – психолог – Винокурова М.В.	сопровождения, журнал групповой и индивидуальной работы, журнал консультаций
25.	Социометрия классного коллектива	Обучающиеся 9-11-х классов	ежеквартальн о	кл. руководители ОО	Результаты обследования
26.	Проведение психокоррекционных занятий с обучающимися «группы риска», детьми ТЖС, неадаптивными и «отверженными» детьми	Обучающиеся 1-11-х классов	По индивидуальн ому плану	Педагоги- психологи ОО	Журнал групповой и индивидуальной работы
27.	Организация работы «телефонов доверия», «ящиков доверия», «страниц доверия» в образовательных учреждениях.	Педагоги и специалисты ШВР ОО, обучающиеся и законные представители	В течение года	Заместитель директора - Колесникова Е.С.	Аналитическая справка
28.	Организация внеурочной деятельности обучающихся, состоящих на различных видах профилактического учета, находящихся в "группе риска" и трудной жизненной ситуации.	обучающиеся, состоящие на различных видах профилактичес кого учета, находящихся в иной ТЖС	Постоянно	Заместитель директора - Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Ведение личного дела на обучающегося (семью)
III этап: Оценочный					
29.	Проведение повторного мониторинга психоэмоционального состояния учащихся 5-11 классов ОУ	Обучающиеся 5-11 классов	Март - апрель 2024г.	Педагог- психолог – Винокурова М.В.,	Протоколы исследований

				социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	
30.	Проведение анализа и обобщение результатов по итогам мониторинга	Обучающиеся 5-11 классов	Май 2024г.	Педагог-психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А.	Аналитическая справка, соответствующие отчеты
31.	Проведение анализа результатов реализации мероприятий программы воспитания	Специалисты ШВР, педагоги ОО	Май, август 2024 г.	Заместитель директора - Колесникова Е.С., педагог – психолог – Винокурова М.В., социальный педагог – Барабашева В.А., классные руководители	Протокол заседаний педсовета
32.	Предоставление отчета по выполнению плана по формированию жизнестойкости и профилактике суицидального поведения	Члены ШВР ОУ	Ежеквартально	Заместитель директора Колесникова Е.С.	Отчет об эффективности деятельности ШВР

Заместитель директора

Е .С. Колесникова