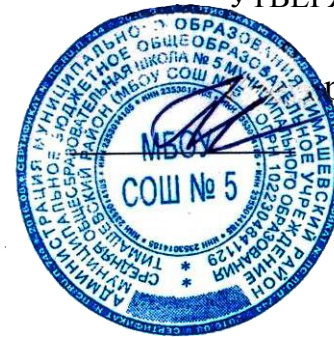


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5  
имени Ромашины Михаила Александровича  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по ВР  
МБОУ СОШ № 5 г. Тимашевска  
Маняниной О.А.  
Ф.И.О.  
28 августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ:



директор МБОУ СОШ №5  
И.В. Алексева  
2023 года

**План**  
**формирования жизнестойкости**  
**учащихся МБОУ СОШ №5**  
**на 2023-2024 учебный год**

**План**  
**формирования жизнестойкости учащихся МБОУ СОШ №5**  
**на 2023-2024 учебный год**

План формирования жизнестойкости учащихся МБОУ СОШ №5 (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».

Плана составлен с учетом различных 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-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.

1 Этап: подготовительно-диагностический

№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Результат
1.	Разработка и утверждение плана работы по формированию жизнестойкости обучающихся на учебный 2023-2024 год	Заместитель директора по ВР, классные руководители, социальные педагоги, педагог-психолог	29 августа 2023 г.	Зам.директора по ВР Манянина О.А., руководитель МО классных руководителей Ушакова Т.В., социальный педагог Розенко Г.Ю., педагог – психолог Проценко П.А.	План работы
2.	Координация взаимодействия педагогов и специалистов, осуществление методического сопровождения, контроль за исполнением плана	Заместитель руководителя по ВР, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог	В течение года	Зам.директора по ВР Манянина О.А.,	Методическое обеспечение
4.	Круглый стол «Современные технологии профилактики девиантного поведения обучающегося в деятельности классного руководителя»	Классные руководители	8 сентября 2023 г.	Зам.директора по ВР Манянина О.А педагог – психолог Проценко П.А.	Анализ мероприятия
6.	Организация и развитие деятельности служб медиации, штабов воспитательной работы, советов профилактики	Специалисты ШВР	В течение года	Специалисты ШВР: Зам.директора по ВР Манянина О.А., социальный педагог Розенко Г.Ю., педагог – психолог Проценко П.А.	Планы работы, протоколы

7.	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия», кризисных горячих линий Краснодарского края. Размещение информации о психологической службе школы на сайте МБОУ СОШ №5 и на информационных стендах	Законные представители, педагоги школы, обучающиеся	01 сентября 2023	Педагог-психолог Проценко П.А.	Стенд, сайт школы
8.	Работа школьного сайта (рекомендации для родителей и обучающихся, консультативная помощь специалистов)	Законные представители, педагоги школы, обучающиеся	В течение года	Педагог-психолог Проценко П.А., Михайлов К.В., ответственная за сайт школы	Наполнение страниц на сайте школы
9.	Составление социального паспорта семей обучающихся 1 – 11 класса. Сбор банка данных. Выявление детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Законные представители, обучающиеся	До 11 сентября 2023 г. В течение года, по итогам мониторинга	социальный педагог- Розенко Г.Ю.	Соц. паспорт, банк данных детей «группы риска», детей в ТЖС
10.	Проведение рейдов по семьям, состоящим на различных видах учёта	Законные представители, обучающиеся	Август-сентябрь	Зам.директора по ВР Манянина О.А., соц.педагог-Розенко Г.Ю., кл. руководители	Акт о посещении семьи
11.	Заседание психолого-медико-педагогического консилиума школы. Разработка и коррекция индивидуальных планов сопровождения (профилактической работы) обучающихся «группы риска», включающих коррекционно-развивающие занятия (индивидуальные или групповые) по формированию навыков саморегуляции	Законные представители, члены консилиума	1 раз в четверть по плану (четверг последняя неделя четверти), внеплановые по необходимости	Администрация школы, члены ШВР	Положение о работе ПМПК, протокол ПМПК, план сопровождения обучающегося
12.	Информирование законных представителей о проведении мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов школы. Сбор согласий на участие в мониторинге (при	Законные представители 5-11 классы	По графику проведения мониторинга	Педагог-психолог Проценко П.А., классные руководители 5-11	Согласие родителей (законных представителей)

	отсутствии общего согласия на психолого-педагогическое сопровождение обучающегося).			классов	
13.	Проведение мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11-х классов школы	Обучающиеся 5-11 классы	Сентябрь-октябрь, март-апрель	Классные руководители 5-11 классов, педагог-психолог Проценко П.А.	Протоколы исследования
14.	Анализ и обобщение данных по результатам проведенного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и составление банка данных «группы риска»	Обучающиеся 5-11 классы	Октябрь, апрель	Директор школы С.С. Грановская, зам. директор по ВР- Манянина О.А., педагог-психолог – Проценко П.А.	Аналитическая справка
15.	Проведение диагностики по изучению уровня адаптации обучающихся 1-х, 5-х, 10-х классов	Обучающиеся 1-х, 5-х, 10-х классов	Октябрь-январь	Классные руководители 1-х, 5-х, 10-х, педагог-психолог Проценко П.А.	Аналитическая справка
16.	Координация деятельности мобильного психолога в случаях выявления фактов суицидальных проявлений обучающихся, жестокого обращения с детьми и других кризисных ситуаций	Специалисты ШВР	Сентябрь В течение года	Специалисты ШВР	Алгоритмы действий специалистов в кризисных ситуациях
17.	Организация повышения квалификации педагогов (служба медиации, ШВР, Совет профилактики)	Специалисты ШВР	В течение года	Директор школы С.С. Грановская	Удостоверение о ПК
II этап: обучающий					
№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Выход
18.	Составление рекомендаций и консультирование по итогам проведения мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов и вопросам адаптации 1, 5, 10 классов	Родители (законные представители) обучающихся, обучающиеся, классные	В течение года	Педагог-психолог-Проценко П.А.	Рекомендации, журнал консультаций

		руководители			
19.	Составление плана индивидуального сопровождения и групповой работы с детьми, находящихся в «группе риска» и детьми, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	Законные представители, дети «группы риска», дети в ТЖС	По итогам мониторинга и по мере выявления	Социальный педагог Розенко Г.Ю.	План сопровождения обучающегося
20.	Организация и проведение мероприятий психологического просвещения педагогов. Темы: «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». Темы дискуссий: «Ребенок и компьютер», «Искусство хвалить ученика», «Школа и учитель глазами ребёнка», «Методы поддержки детей в трудных жизненных ситуациях», «Общаться с подростками, как?» 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».	педагоги школы	Раз в квартал	педагог-психолог Проценко П.А.	Отчет о проведенном мероприятии
21.	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;	Родители (законные представители) обучающихся	В течение года по запросу	педагог-психолог Проценко П.А.	Аналитическая справка



	Опросник "Анализ семейных взаимоотношений" Э.Г. Эйдемиллер (Методика АСВ); Опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).				
22.	<p>Организация и проведение мероприятий просвещения родителей (законных представителей) по основам психологии и педагогике :</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 школы, социальный педагог Розенко Г.Ю., педагог-психолог Проценко П.А.	Отчет о проведении мероприятия
23.	Проведение индивидуальных консультаций обучающихся по решению их личностных проблем	Обучающиеся 1-11 кл.	По запросу	Педагог-психолог-Проценко П.А., кл. руководители, социальный педагог	Журнал консультаций
24.	Реализация программ (цикла мероприятий)по		В течение года	Педагог-психолог-	Журнал групповой

	<p>формированию жизнестойкости и психологического здоровья личности:</p> <p>Возможные программы:          «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»»</p>	<p>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</p>		<p>Проценко П.А., кл. руководители, социальный педагог- Розенко Г.Ю.</p>	<p>работы, отчет о проведении мероприятия</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 школы С.С. Грановская, зам. директора по ВР Манянина О.А., кл. 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.)          Темы:          «Безопасный интернет – посторонним вход воспрещён!»          «Мир, в котором я расту».          «Когда накапливается усталость».          «Свой среди чужих, чужой среди своих – о</p>	<p>Обучающиеся          1-4-х классов</p>	<p>В течение года</p>	<p>социальный педагог- Розенко Г.Ю., педагог- психолог Проценко П.А., кл. руководители</p>	<p>Отчет о проведении мероприятия</p>

	<p>толерантности»</p> <p>«Правила дорожного движения достойны 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>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>	Обучающиеся 9-11-х классов	Ежемесячно	Педагог-психолог Поценко П.А., кл. руководители	План сопровождения, журнал групповой и индивидуальной работы, журнал консультаций
28.	Проведение психокоррекционных занятий с обучающимися «группы риска», детьми ТЖС, неадаптивными и «отверженными» детьми	Обучающиеся 1-11-х классов	По индивидуальному плану	Педагог-психолог Поценко П.А.	Журнал групповой и индивидуальной работы
III этап: оценочный					
№ п/п	Содержание работы	Категория	Сроки	Ответственные	Выход
29.	Проведение повторного мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся	Обучающиеся 5-11-х классов	Март-апрель	Педагог-психолог Проценко	Протоколы исследования

	5-11 классов образовательных организация			П.А., кл. руководители	
30.	Проведение анализа и обобщения результатов по итогам мониторинга	Обучающиеся 5-11 классы	Май	Педагог-психолог Проценко П.А.	Аналитическая справка
31.	Проведение анализа результатов реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся и планирование перспективы работы на следующий учебный год	Специалисты ШВР, педагоги школы	Май, август	Специалисты ШВР	Протокол заседания педсовета
32.	Предоставление отчета об эффективности реализации плана по формированию жизнестойкости обучающихся. Внесение новых направлений на следующий учебный год.	Специалисты ШВР	до 25 мая 2024 г.	Специалисты ШВР	Отчет о реализации плана