

**Муниципальное учреждение «Отдел образования Шалинского муниципального района»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1 П. ЧИРИ-ЮРТ
ШАЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»
(МБОУ «СОШ № 1 п. Чир-Юрт Шалинского муниципального района»)**

**Муниципални учреждение «Шелан муниципални кюштан дешаран дакъа»
МУНИЦИПАЛЬНИ БЮДЖЕТНИ ЮКЪ АРАДЕШАРАН УЧРЕЖДЕНИ
«ЧУЙРИ-ЭВЛАН № 1 ЙОЛУ ЮКЪ БЕРА ЮКЪ АРАДЕШАРАН ШКОЛА»
(МБЮУ «Чуйри-Эвлан № 1 йолу ЮЮШ»)**

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по ВР
Сагаипова И.Ш. _____
Протокол №1 от 27.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1 п. Чир-Юрт»
_____ / С.К. Арсанукаев/
Приказ № 99/1 от 28.08.2024г.

**Психолого-педагогическая программа по формированию навыков
жизнестойкости обучающихся
«Учимся вместе преодолевать трудности»
на 2024-2025 учебный год**

2024г – п. Чир-Юрт

Пояснительная записка

Современное общество стремительно меняется, и эти изменения затрагивают все сферы жизни, включая образование. Условия, в которых живут современные подростки, часто можно назвать экстремальными и вызывающими стресс. В такой сложной обстановке особенно остро встают вопросы, связанные с преодолением трудных жизненных ситуаций. Особенно это касается школьников, так как они должны максимально адаптироваться к быстро меняющимся социальным условиям. Для некоторых трудные жизненные ситуации могут стать причиной суицидального поведения, в то время как другие находят в них силы для дальнейшего развития и роста.

Поэтому в МБОУ «СОШ №1 п. Чири-юрт» педагогический коллектив ставит перед собой задачу целенаправленно формировать у обучающихся жизнестойкость — «интегральную характеристику личности, которая позволяет противостоять негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности и превращать их в ситуации развития». Для решения этой задачи необходимо объединить усилия родителей обучающихся, педагогов и классных руководителей.

Программа направлена на развитие жизнестойкости у детей младшего школьного и подросткового возраста (7-17 лет).

Основными нормативно-правовыми документами, регламентирующими формирование жизнестойкости подростков в условиях общеобразовательных школ, являются:

1. Конвенция о правах ребенка, одобренная принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989 года.
2. Конституция РФ «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ).
3. Семейный кодекс РФ от 29 декабря 1995 г. N 223-ФЗ (СК РФ) (с изменениями и дополнениями).
4. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ (с изменениями от 20 июля 2000 г., 22 августа, 21 декабря 2004 г. 26, 30 июня 2007 г., 23 июля 2008 г.).
5. Указ Президента РФ от 1.06.2012 г. N 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы».
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 26.10.2011 № 2537 «Об утверждении плана мероприятий Министерства образования и науки РФ по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011-2015 годы».

7. Письмо Министерства образования и науки РФ от 17.12.2012 № 1897 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся».

Цель данной программы заключается в повышении уровня жизнестойкости подростков и профилактике антивиталяного поведения.

Для достижения этой цели необходимо решить несколько взаимосвязанных задач:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия, таких как работа в команде, поведение в конфликтных ситуациях и создание благоприятного психологического климата в коллективе.
3. Воспитание у подростков позитивного самосознания, уважения к себе и к другим людям.
4. Вовлечение подростков в деятельность, значимую для них.

Задачи программы:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков саморегуляции, как стратегии совладающего поведения с трудными жизненными ситуациями.
3. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
4. Формирование у обучающихся позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
5. Организация и включение обучающихся в ценностно - значимую для них деятельность;
6. Оптимизация эмоционального климата в семье и школе;
7. Повышение компетентности родителей, педагогического коллектива в организации работы по формированию жизнестойкости.

Программа включает в себя три основных модуля:

1. Профилактическая работа в классных коллективах, проводимая как в рамках внеурочной занятости, так и на классных часах.
2. Индивидуальная работа с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации.
3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Этапы реализации программы.

Программа рассчитана на работу с учащимися 7-17 лет (1-11 классы) и реализуется в течение 1 года последовательно в три этапа:

1 этап – подготовительно-диагностический, направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости учащихся (методика диагностики социально-психической адаптации (К.Роджерс, Р. Даймонд); тест «Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов); тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова). Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни учащегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в групповых - картах характеристиках. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики суицидального поведения на основе формирования жизнестойкости. Диагностический этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнестойкости со школьником и его родителями.

2 этап – формирующий, включает в себя различные воспитательные мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнестойкости, к которым относятся: оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения.

3 этап – оценка результатов, посредством повторной диагностики компонентов жизнестойкости учащихся, с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе. Результаты опроса также фиксируются в групповых картах – характеристиках, что позволяет проследить динамику жизнестойкости.

Поскольку жизнестойкость – это фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, то грамотная психолого-педагогическая установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах, способна снизить степень суицидального риска и укрепить жизненную позицию.

I. Подготовительный этап

Администрация

1. Издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости учащихся;
2. Включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Формирование жизнестойкости учащихся»;
3. Организует проведение методических семинаров, (педагогических советов) по организационно-содержательным вопросам формирования жизнестойкости обучающихся в образовательной организации педагогическими работниками.

Классный руководитель

1. Заполняет бланк методики «Шкала социальной компетентности учащегося»,

составляет профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе;

2. Определяет направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;
3. Планирует содержание классных часов, родительских собраний;
4. Взаимодействует с педагогом-психологом.

II. Формирующий этап

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 формированию жизнестойкости обучающихся.

Классный руководитель

1. Организует просветительскую работу с родителями (законными представителями) учащихся;
2. Проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы;
3. Организует включение подростков в ценностно значимую для них деятельность;
4. Осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности.
5. Осуществляет социальный патронаж учащихся, находящихся в социально опасном положении, на учете в КДНиЗП, ПДН

III. Мониторинг

Администрация

1. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2024-2025 учебном году в соответствии с показателями эффективности;
2. Осуществляет планирование работы на 2024-2025 учебный год;
3. Организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом;
4. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости учащихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов

Классный руководитель

1. Заполняет бланк методики «Шкала социальной компетентности учащегося», составляет профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе по итогам работы;
2. Проводит анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы;
3. Планирует работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе)

Принципы программы

Программа по формированию жизнестойкости основывается на принципах:

1. Принцип гуманности. Создание доброжелательной атмосферы, способствующей ориентации ребёнка на положительные действия и поступки; создание условий для свободного развития, самореализации самоактуализации.
2. Принцип творчества. Новые решения традиционных дел, поиск новых вариантов организации познавательной, спортивной, трудовой, практической деятельности.
3. Принцип социальной активности. Включение детей в активную организацию жизнедеятельности класса, развитие ценностных ориентаций.
4. Принцип индивидуальности. Отражение уникальности, неповторимости ученика. Помощь каждому ребёнку в личностном самоопределении.
5. Деятельностный принцип. Воспитывает не педагог, не нравоучения, а организация жизни детей, её живые уроки, которые образуют личностный опыт каждого воспитанника. Чем богаче классная (школьная) деятельность, тем сильнее она задевает сердца и души детей.
6. Принцип взаимоотношения. Взаимовосприятие, взаимные действия в отношении детей друг к другу.
7. Возрастной принцип. Знание половозрастных особенностей детей.

Формы и методы работы

1. Профилактическая работа в классных коллективах в рамках внеурочной занятости, на классных часах»

Мероприятия в рамках программы направлены на достижение следующих целей:

Формирование навыков конструктивного взаимодействия, включая работу в команде и поведение в конфликтных ситуациях, а также создание благоприятного психологического климата в коллективе.

Развитие у подростков позитивного самосознания, как собственного, так и других людей. При организации воспитательных мероприятий важно учитывать особенности развития психологических структур подростков, которые позволяют им преобразовывать проблемные ситуации в новые возможности.

Необходимо показать подросткам их возможности, помочь им осознать их, выбрать то, что действительно важно для них, сформулировать цель и организовать деятельность в выбранном направлении. Работа с обучающимися 5-6 классов преимущественно направлена на познание подростками самих себя, осмысление своих сильных и слабых сторон, а также на самовоспитание.

При планировании занятий с подростками 7-9 классов следует учитывать их потребность в избирательности общения, эмоциональную ранимость, стремление к признанию и желание самоутвердиться.

Условиями успешности профилактической работы в классных коллективах являются:

- * Системный характер.
- * Диалоговое взаимодействие.
- * Безоценочное принятие личности подростков.
- * Отсутствие назидательности со стороны педагога.

2. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. Главная цель индивидуальной или групповой работы с подростками, попавшими в непростые условия, — помочь им найти выход из кризисных ситуаций или, что более вероятно, изменить своё отношение к ним.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Если подходить к организации профилактического просвещения родителей и педагогов системно, можно создать благоприятные условия для максимального развития личности и повышения эффективности её жизненного пути.

Ожидаемые результаты

Повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

- высокая адаптированность;
- уверенность в себе;
- независимость, самостоятельность суждений;
- стремление к достижениям;
- ограниченность контактов, самодостаточность.

**Перечень программных мероприятий по формированию навыков
жизнестойкости подростков в МБОУ «СОШ №1 п. Чири-Юрт»**

Просвещение и профилактика			
<i>Учащиеся</i>			
№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации	в течение года	классные руководители
2	Составление базы данных по социально неблагополучным семьям	сентябрь	Классные руководители
3	Организация досуговой деятельности учащихся	в течение года	Классные руководители, организатор
4	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	каникулярное время	Классные руководители, учителя
5	<p>Психологические классные часы:</p> <p><u>Начальное звено:</u> «Твои новые друзья. Что изменилось в твоём развитии». «Твоё настроение. Как научиться преодолевать трудности». «Твои поступки. Как сказать «нет» и отстоять своё мнение». «Жизнь без конфликта» «В поисках хорошего настроения». «Как научиться жить без драки». «Учимся снимать усталость».</p> <p><u>Среднее звено</u> «Я – пятиклассник». «Что такое толерантность». «Путешествие в страну вежливости» «Жизнь без конфликта». «Как преодолевать тревогу и стресс». «Правила сложные и простые». «Общение со сверстниками в моей жизни». «Азбука нравственности»</p> <p><u>Старшее звено</u> «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом».</p>	в течение года	Классные руководители

	<p>«Грани моего Я».</p> <p>«Способы саморегуляции эмоционального состояния».</p> <p>«Учимся сказать: «Нет!»»</p> <p>«Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания».</p> <p>«Приемы эффективного общения».</p> <p>«Как стать уверенным в себе. Как завоевать друзей».</p> <p>«Как быть счастливым?»»</p> <p>«Ценности жизни»</p>		
6	Правовые классные часы: «Знаешь ли ты свои права и обязанности». (5 – 9 классы)	ноябрь	Классные руководители
7	Психолого-педагогическая поддержка учащихся к выпускным экзаменам (тренинг 9, 11 кл.)	март - апрель	Классные руководители
8	Игра для учащихся 5–х классов «Колючка» (интеграция «отверженных»),	ноябрь	Классный руководитель
9	Игра «В чём смысл жизни?» (10кл)	февраль	Классные руководители
10	Групповые занятия по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни	в течение года	Классные руководители
11	Психокоррекционная группа с дезадаптированными детьми	октябрь - ноябрь	Педагог-психолог
12	Диспут для подростков «Успех в жизни»	декабрь	Классные руководители
13	Оформление информации на стенде о том, где можно получить психологическую поддержку и медицинскую помощь, круглосуточную помощь - телефоны доверия	сентябрь	Классные руководители
14	Информирование родителей и учащихся о проведении консультаций несовершеннолетних и родителей, оказавшихся в кризисной ситуации	сентябрь, в течение года	Классные руководители
<i>Педагоги</i>			

1	Семинар «Формирование жизнестойкости подростков»	октябрь	Педагоги
2	Семинар «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся»	ноябрь	Педагоги
4	Организация работы по профилактике профессионального выгорания	в течение года	Педагоги
5	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	февраль	Рук-ль м/о кл. рук-лей, классные руководители
6	Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	март	Рук-ль м/о классных рук-ей
Родители			
1	<p><u>Родительский лекторий:</u></p> <p>«Возрастные психолого-педагогические особенности» (младший школьник, подросток, старший школьник)</p> <p>«Наши ошибки в воспитании детей».</p> <p>«Шаги общения».</p> <p>«Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки».</p> <p>«Тревожность и её влияние на развитие личности».</p> <p>«Трудный возраст или советы родителям».</p> <p>«Что такое суицид и как его не допустить» (среднее и старшее звено)</p> <p>«Особенности детско-родительских отношений как фактор психологического дискомфорта»</p> <p>«Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества».</p> <p>«Как помочь ребенку справиться с эмоциями».</p> <p>«Толерантность: терпение и самоуважение»</p>	В течение года	<p>Классные руководители, педагоги</p> <p>Педагоги</p> <p>Педагоги, классные руководители</p> <p>Классные руководители</p> <p>Классные руководители</p> <p>Педагоги</p> <p>педагоги</p> <p>Классные руководители</p>
Консультирование			

1	Консультирование учащихся, семей, учащихся с признаками школьной дезадаптации, внутрисемейными проблемами, семей, находящихся в трудной жизненной ситуации и др.	В течение года	Педагоги, классные руководители, психологи
Диагностика			
Учащиеся			
1	Исследование социального статуса	В течение года	Классный руководитель
2	Исследование уровня адаптации /1 и 5 классы/	октябрь	Классный руководитель
3	Исследование уровня тревожности /5 классы/	октябрь	Классный руководитель
4	Шкала социально психологической адаптации (СПА) 10 кл.	февраль	Классный руководитель
5	Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)	по запросу	Классный руководитель
6	Оценка способов реагирования на конфликтные ситуации	по запросу	Классный руководитель
7	Склонность к отклоняющемуся поведению	В течение года	Педагог-психолог
Родители			
1	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин	по запросу	Классный руководитель
2	Опросник родительского отношения (А.Варга, В.Столин)	по запросу	Классный руководитель
Коррекционно-развивающее направление			
1	Занятие «Ты и я – такие разные» - для подростков 5-6 класс	октябрь	Классный руководитель
2	Занятие «Барьеры непонимания» 8 класс	ноябрь	Классный руководитель
3	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе»	декабрь	Классный руководитель
4	Тренинг уверенности (для старшеклассников).	февраль	Педагоги
5	Цикл занятий для подростков «Я сам строю свою жизнь»	В течение года	Педагоги

6	Цикл занятий для подростков группы риска «Путь к себе»	В течение года	Педагоги
Профилактика жестокого обращения с детьми			
1	Общешкольное родительское собрание «Жестокое обращение с детьми»	сентябрь	педагоги
2	Работа детского «телефона доверия», «ящика доверия»	В течение года	педагоги
3	Родительские собрания для неблагополучных семей.	В течение года	педагоги
5	Активизация рейдовых мероприятий по раннему выявлению безнадзорных несовершеннолетних	В течение года	педагоги

Литература

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. М: Владос, 1998. – 234 с.
2. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002.
3. Грецов А.Г. Лучшие упражнения по саморегуляции. /Учебно-методическое пособие под общей редакцией Евсеева С.П. – СПб, 2006. – 187 с.
4. Коррекционно-развивающая программа для подростков «Фарватер. / Под ред. Емельяновой Е.В. – М.: Владос, 2008. – 201 с.
5. Ковалева А.М. Социализация личности: норма и отклонение. М: Владос, 1996. – 321 с.
6. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка. – СПб: Питер, 2011. – 298 с.
7. Федосеенко Е.В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. – М: АРКТИ, 2008. – 239 с.
8. Формирование жизнестойкости у школьников: методические рекомендации для классного руководителя. Составители: Гражданкина Л.В., Зикратов В.В., Тарасова А.Ю.