

*Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Алзамай»*

Утверждено
приказом директора
№104-од от 01.09.2022г

*Программа
формирования навыков жизнестойкости обучающихся
МКОУ СОШ № 5 г.Алзамай
через использование преемственности психолого-педагогических технологий
на этапах начального, общего и среднего образования*

Составители: Князева Н.П. – педагог-психолог
Шипицына Г.Д –педагог-психолог

Алзамай, 2022 г.

1. Пояснительная записка

«Психологическое здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов», - гласит один из девизов, вписанных в Устав Всемирной организации здравоохранения. Проблема психологического здоровья школьников в настоящее время обозначается как наиболее важная составляющая образовательного процесса. В декларации ЮНЕСКО «Образование XXI века» заявлено, что главной ценностью новой культуры должна стать ценность устойчивого, стабильного развития человека и общества, а главной целью образования – формирование жизнеспособной личности.

В современных образовательных условиях целенаправленное формирование у обучающихся жизнестойкости, «как интегральной характеристики личности, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития», является актуальной задачей педагогического коллектива любой образовательной организации. Решение данной задачи возможно в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальный педагог, педагог-психолог.

Актуальность - развитие основ жизнестойкости начинается с самого детства и продолжается до подросткового и юношеского возрастов. Весь этот период жизни ребенка связан со школой, поэтому роль школы как никогда, в этом вопросе очень велика, а роль педагогов, психологов, администрации ОУ заключается в обеспечении необходимых условий для полноценного развития личности школьника.

Практическая направленность программы

Исследованиями доказано, что жизнестойкость не является врожденным качеством, а формируется в течение жизни, значит, большая роль в данном процессе принадлежит социуму. По мнению Л.С. Выготского, социальная ситуация оказывает решающее влияние на развитие ребенка, от которой в более позднем возрасте зависит процесс формирования образа мира.

Помощь ребенку в обретении ресурсов для развития жизнестойкости является основной задачей педагогического коллектива и родителей обучающихся. Анализ существующей практики воспитательно-образовательной работы школы показал, что решение задач формирования жизнестойкости обучающихся предусмотрено следующими направлениями воспитательной работы: «Создание возможностей формирования ребенком собственной модели поведения и самоопределения в открытой социальной среде», «Развитие у учащихся способности социально ответственного действия», «Приобщение учащихся к системе культурных ценностей», «Привитие потребности в здоровом образе жизни», работа с родителями по программе «Семья и школа», работа с педагогическими кадрами. Необходимо отметить, что данная практика работы охватывает развитие ребенка с точки зрения ценностного отношения к себе и миру, но при этом не отражает систему работы всего педагогического коллектива, которая бы способствовала развитию базовых компонентов жизнестойкости: формированию самооценки, коммуникативной и социальной компетентности, ценностных ориентаций, навыков самоконтроля и произвольности у обучающихся на разных возрастных этапах, позволяющих им сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития, что позволит уже на ранних стадиях развития личности, обеспечить обучение цивилизованным способам саморегуляции поведения, способствовать формированию правильной социальной ориентации; созданию благоприятных условий для максимального развития и эффективности жизненного пути.

Таким образом, главной задачей школы, является не разобщенность плана действий, а его скоординированность, поэтапность и плановость, позволяющая создать такую здоровьесберегающую среду в ОУ, в которой при переходе с одной образовательной ступени на другую обучающийся будет чувствовать себя успешным, уверенным и стрессоустойчивым. В ОУ это станет возможным

благодаря созданию и реализации программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся через использование преемственности психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования, в которой будут использованы оптимальные психолого-педагогические технологии сопровождения образовательного процесса, исходя из особенностей контингента школы.

В качестве основных базовых компонентов жизнестойкости обучающихся, определяющих выбор психолого-педагогических технологий, выделены: адекватная самооценка, навык самоконтроля и произвольности, ценностные ориентации, коммуникативная и социальная компетентность. Организация работы по формированию данных компонентов предполагается через систему «сквозных» мероприятий на этапах начального, общего и среднего образования, включающих в себя семинарские занятия с педагогическим коллективом, практикоориентированные мероприятия с родителями, профилактические и коррекционно-развивающие занятия с обучающимися, социальные и волонтерские проекты (с включением обучающихся группы социального риска).

Цель: создание оптимальной системы преемственности психолого-педагогических технологий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения, направленной на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивиталяного поведения.

Задачи:

1. Создание программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся через использование преемственности психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования исходя из условий и контингента школы.

2. Выявление детей с низким уровнем социальной компетентности. Отслеживание формирования компетенций жизнестойкости в динамике.

3. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам группы суицидального риска, на разных ступенях обучения:

- формирование навыков самоконтроля и произвольности обучающихся, позволяющих им сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития;

- развитие коммуникативных и поведенческих умений, навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

- формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;

- организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по использованию в учебно-воспитательном процессе активных психолого-педагогических технологий (дискуссия, деловая и ролевая игра, методики целеполагания, технологии саморегуляции и т.д.) при формировании навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения

5. Повышение психолого-педагогической компетентности родителей обучающихся в вопросах воспитания и обеспечения безопасности детей, а также обучение родителей навыкам раннего выявления признаков суицидальных намерений.

Достижение поставленных задач предполагается решать через реализацию *6 взаимосвязанных модулей:*

1) Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках планов воспитательной работы на классных часах);

2) Использование учителями-предметниками материала учебных предметов, ориентированного на формирование навыков жизнестойкости обучающихся.

3) Индивидуальная работа с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности;

4) Организация работы по психолого-педагогической подготовке подростков к трудным жизненным ситуациям (Программа внеурочной деятельности для учащихся 5-6 классов «Программа развития познавательных способностей учащихся», раздел «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» в элективном курсе «Выбор профессии» для учащихся 9 классов, программа курса занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Утверждай себя»);

5) Реализация социальных проектов направленных на формирование позитивного стиля поведения обучающихся;

б) Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Сроки реализации программы: 2022-2023 учебный год.

Этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный (сентябрь-октябрь 2022 года)

Цель: разработка программы формирования навыков жизнестойкости обучающихся через использование преимуществ психолого-педагогических технологий на этапах начального, общего и среднего образования и проработка механизмов ее реализации.

Содержание:

- разработка плана мероприятий;
- проведение методического семинара по обсуждению содержания программы по формированию жизнестойкости;
- знакомство с программой всех участников воспитательного процесса;
- подготовка методических материалов;
- формирование мотивационной готовности педагогического коллектива к реализации программы.

Ожидаемые результаты: приобретение теоретических знаний и навыков для реализации программы; создание единого поля деятельности детей, родителей, педагогов, педагога-психолога, администрации школы.

2 этап – формирующий (октябрь 2022 года – апрель 2023 года)

Цель: реализация основных мероприятий программы

Содержание:

- реализация принципов и подходов программы;
- включение подростков в различные виды деятельности;
- реализация выполнения основных модулей программы.

Ожидаемые результаты: повышение уровня жизнестойкости детей и подростков, что проявляется в сформированности навыков самоконтроля и произвольности, самооценки, ценностных ориентаций, коммуникативной и социальной компетентности обучающихся на этапах начальной, средней и старшей школы:

❖ Для выпускника начальной школы:

- адекватная самооценка и уверенность в себе – умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, формирование умения понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха, освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- навык самоконтроля и произвольности - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств ее осуществления, формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, навыки саморегуляции, освоение конструктивных способов поведения;

- ценностные ориентации - принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- коммуникативная и социальная компетентность - готовность слушать собеседника и вести диалог; навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, навык позитивного анализа трудных жизненных ситуаций: умение отделять себя от собственных переживаний и наблюдать их, что способствует ослаблению переживаний; «проигрывание» ситуаций стресса, которое осуществляется на фоне релаксации, что создаёт угасающий эффект негативных эмоций, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; умение излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий; определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

❖ Для выпускника среднего звена:

- самооценка - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения; навык социальной активности, соизмерение своих поступков с нравственными ценностями, осознание своих обязанности перед семьей, обществом, Отечеством;

- самоконтроль и произвольность - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- ценностные ориентации – осознание своих смысловых ориентаций и рефлексивного отношения к ним, осознание и принятие ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- коммуникативная и социальная компетентность – умение оценивать последствия своего поведения, рефлексия своих жизненных проблем, уважение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций, этнокультурных, социальных и экономических особенностей, навыки коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

❖ Для выпускника старшего звена:

- самооценка - умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей, владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

- самоконтроль и произвольность - умение самостоятельно определять цели деятельности и

составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях, принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- ценностные ориентации - сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

- коммуникативная и социальная компетентность - развитые копинг-стратегии, толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

3 этап – мониторинг (апрель-май 2023 года)

Цель: изучение эффективности программы и ее действие в социуме в условиях сельской школы.

Содержание:

- выработка перспектив деятельности программы и внесение предложений по ее развитию;
- анализ качественных изменений, произошедших с участниками программы.

Ожидаемые результаты: мониторинг динамики роста личности подростков, полноты достижения реализации программы через диагностику детей, родителей, педагогов; упорядочение профессиональной деятельности педагогического коллектива (классных руководителей, педагога-психолога, социального педагога, учителей-предметников) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся; появление у педагогов школы передового опыта по формированию навыков жизнестойкости обучающихся.

Показателем эффективности программы выступает:

- статистически достоверное увеличение доли обучающихся со сформированными навыками жизнестойкости (по итогам автоматизированной диагностики контрольного и экспериментального класса);
- увеличение доли педагогов школы, использующих активные воспитательные технологии, направленные на формирование базовых компонентов жизнестойкости обучающихся

Прогнозируемые риски:

1. Многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни).
2. Недостаточная мотивационная готовность учителей к реализации требований программы.
3. 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).

2. План реализации программы

Программные мероприятия составлены с учетом преемственности в формировании навыков базовых компонентов жизнестойкости начального, основного и среднего образования, через реализацию мероприятий со всеми субъектами образовательного процесса, объединенных общей целью (работа с педагогическим коллективом, родительские собрания, классные часы, социальные проекты).

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные	Результат / документ
1. Подготовительный этап				
1.1	Проведение классными руководителями диагностики обучающихся (Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков)	До 30.09.2022	Классные руководители 1-11 классов, педагог-психолог	Результаты диагностики (заключение, рекомендации)
1.2	Проведение автоматизированной диагностики с 9-ми классами	До 02.10.2022	педагог-психолог	Результаты диагностики (заключение, рекомендации)
1.3	Корректировка плана воспитательной работы в 9 классах по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в соответствии с результатами диагностики	До 14.10.2022	заместитель директора по ВР	Скорректированный план воспитательной работы 9-х классах
1.4	Составление учебно-тематических планов психологических индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы суицидального риска и утверждение их директором школы	До 16.10.2022	педагог-психолог	Приказ об утверждении учебно-тематических планов психологических индивидуальных (групповых) занятий
2. Формирующий этап				
2.1	Организация и проведение методических семинаров, педагогических советов: - семинар-практикум для учителей-предметников (начальных классов, среднего и старшего звена) «Использование материала учебных предметов, как опосредованное педагогическое воздействие в вопросе формирования базовых компонентов жизнестойкости обучающихся» - семинар-практикум «Психологический	октябрь 2022 ноябрь	заместитель директора по ВР педагог-психолог	Планы семинаров, педагогических советов

	<p>комфорт в школе и дома. Роль семьи и школы в формировании у детей и подростков модели поведения в кризисной ситуации».</p> <p>- педагогический совет «Формирование позитивного самосознания обучающихся как средство развития жизнестойкости личности».</p> <p>- семинар «Способы совладания с проблемной ситуацией и ресурсы, которыми располагает сам ребенок. Возможности получения помощи в преодолении кризиса. Методы снятия эмоционального стресса».</p>	<p>2022</p> <p>январь 2023</p> <p>март 2023</p>		
2.2	<p>Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся, в том числе с использованием интернет-ресурсов:</p> <p>- 1-4 классы: собрание-практикум «Хорошо, что есть семья, которая хранит от бед меня. Влияние родительских установок на формирование у ребенка уверенного поведения и адекватной самооценки»;</p> <p>педагогическая мастерская «Как помочь ребенку справиться с эмоциями. Что ребенок хочет сказать своим поведением»;</p> <p>- 5-8 классы: педагогическая мастерская «Семья, как основа психической стабильности, комфортности и защиты подростка»;</p> <p>собрание-практикум «Как помочь ребенку преодолеть трудности собственного взросления без тяжелых последствий»;</p> <p>- 9-11 классы: диспут «Роль семьи в сохранении и укреплении психологического здоровья детей»;</p> <p>собрание-практикум «Роль семьи в развитии работоспособности старшеклассников и их личностном самоопределении»</p>	<p>ноябрь 2022</p> <p>март 2023</p> <p>ноябрь 2022</p> <p>март 2023</p> <p>ноябрь 2022</p> <p>март 2023</p>	<p>заместитель директора по ВР</p> <p>педагог-психолог</p> <p>классные руководители 1-11 классов</p>	<p>Информационные материалы для родителей</p>
2.3	<p>Организация тренинговых занятий на командообразование в первых, пятых, девярых, десятом классах, а также в конфликтных классах</p>	<p>октябрь-ноябрь 2022, далее по мере необходимости</p>	<p>педагог-психолог, классные руководители 1, 5, 9, 10 классов</p>	<p>тренинговые занятия</p>
2.4	<p>Организация и проведение работы по психолого-педагогической подготовке</p>	<p>в течение учебного</p>	<p>педагог-психолог</p>	<p>Рабочие программы</p>

	подростков к трудным жизненным ситуациям (Программа внеурочной деятельности для учащихся 5-6 классов «Программа развития познавательных способностей учащихся», «Выбор профессии» для учащихся 9 классов)	года		курсов
2.5	Организация индивидуальных психологических занятий с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.	в течение учебного года	педагог-психолог	Учет индивидуальных и групповых форм работы
2.6	Организация и проведение профилактических и развивающих занятий в классных коллективах (классных часов, тренингов, практикумов) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся (в рамках планов воспитательной работы на классных часах) 1 классы: - «Час искренности. Разговор по душам», - «Умение преодолевать страх» 2 классы: - «Играя и общаясь познаем себя», - «Как я умею преодолевать трудности» 3 классы: - «Мой выбор», - «Как добиться успеха» 4 классы: - «Познай себя», - «Как достичь успеха» 5 классы: - «Я – личность и индивидуальность», - «Практикум уверенного поведения в опасных ситуациях» 6 классы: - «Если бы моим другом был ... я», - «Практикум нестандартных решений в трудных жизненных ситуациях» 7 классы: - «Я-личность!», - «Практикум преодоления трудностей» 8 классы: - «Практикум саморегуляции», - «Факторы риска и опасности» 9 классы: - «Практикум конструктивного общения», - «Жизнь по собственному выбору» 10 класс:	Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023 Ноябрь 2022 Март 2023	Классные руководители 1-11 классов педагог-психолог	Журнал классного руководителя

	<p>- «Прекрасное и безобразное в нашей жизни»,</p> <p>- «Линия жизни. Как преодолеть трудности» 11 класс:</p> <p>- «Искусство жить. Как быть счастливым?»,</p> <p>- «Я – человек, я сильный и смелый!»</p>	<p>Ноябрь 2022</p> <p>Март 2023</p> <p>Ноябрь 2022</p> <p>Март 2023</p>		
2.7	<p>Реализация социальных проектов с привлечением обучающихся группы суицидального риска, направленных на формирование стиля поведения, позволяющего превращать проблемные ситуации в новые возможности</p> <p>«Цветное настроение» (изучение психологического климата в школе и дома)</p> <p>«Доброта как Солнце» (развитие коммуникативных навыков, толерантного поведения)</p> <p>«Дарю тебе сердце» (флэшмоб, формирование ценности жизни и здоровья, развитие коммуникативных навыков)</p>	<p>ноябрь 2022</p> <p>январь 2023</p> <p>март 2023</p>	заместитель директора по ВР	Социальные проекты, информационные материалы на сайте школы
2.8	<p>Организация и проведение занятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Учимся успешно преодолевать трудности».</p>	в течение учебного года	педагог-психолог	
2.9	<p>Организация и проведение уроков с использованием материала, ориентированного на формирование базовых компонентов жизнестойкости обучающихся (самооценка, самоконтроль и произвольность, ценностные ориентации, коммуникативная и социальная компетентность)</p>	В течение учебного года	Учителя-предметники	Поурочное планирование
3. Мониторинг				
3.1	<p>Проведение повторной автоматизированной диагностики в экспериментальной и контрольной группах обучающихся</p>	апрель 2023	педагог-психолог	Результаты диагностики (заключение, рекомендации)
3.2	<p>Проведение анализа и оценки результатов программы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в 2022-2023 учебном году в соответствии с показателями эффективности</p>	Апрель 2023	заместитель директора по ВР	Аналитический отчет
3.3	<p>Описание положительного опыта по формированию жизнестойкости</p>	Май 2023	заместитель директора по	Информационная карта с

	обучающихся для публикации в краевом методическом сборнике.		ВР педагог-психолог	описанием положительного опыта
4. Контроль				
4.1	Анализ планов воспитательной работы в части реализации профилактических мероприятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся	Сентябрь 2023	заместитель директора по ВР	Справка по итогам проверки
4.2	Включение обучающихся группы социального риска (по результатам диагностики) в урочный процесс (через посещение уроков в 1-11 классах).	В течение года	заместитель директора по УВР	Карта анализа урока
4.3	Использование учителями-предметниками материала учебных предметов, ориентированного на формирование навыков жизнестойкости обучающихся, через введение дополнительной информации, обеспечивающей личностное восприятие изучаемого материала как средство индивидуального роста обучающегося (через анализ поурочного планирования и посещение уроков).	В течение года	заместитель директора по УВР	Справка по итогам проверки поурочного планирования, карты анализа урока
4.4	Посещение классных часов в 1-11 классах по теме программы «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся»	В течение года	заместитель директора по ВР	Листы посещений классных часов
4.5	Уровень психологического комфорта образовательной среды в школе (через изучение в начале и конце социального проекта «Цветное настроение»)	Октябрь 2022-март 2023	педагог-психолог	Мониторинг в рамках социального проекта «Цветное настроение»
4.6	Система преемственности психолого-педагогических технологий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся на разных этапах обучения, направленной на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивиталяного поведения.	Май 2023	заместитель директора по ВР	Составление информационной карты с описанием положительного опыта

3. Краткое описание модулей программы

Индивидуальная работа с подростками, имеющими высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.

В ходе подготовительного этапа работы педагог-психолог определяет группу подростков, имеющих высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивиталяной направленности.

Основная задача индивидуальной работы с подростком, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: сориентировать на поиски выхода из критических ситуаций или (что более реально) на изменение его отношения к ним.

Учебно-тематический план индивидуальных занятий с подростками группы риска

1. Тема «Жизнь по собственному выбору»

2. Цель: адаптация обучающихся в трудной жизненной ситуации в социуме, формирование у них навыков организации здорового образа жизни, формирование личностных нравственных качеств у учащихся.

3. Задачи:

- коррекция отклонений в психическом развитии подростка (эмоциональном, мотивационном, поведенческом) на основе создания оптимальных психологических условий для развития творческого потенциала личности подростка;
- формирование и развитие навыков самоанализа, самоконтроля, самовыражения, саморегуляции;
- обретение подростком положительных ценностных ориентиров и личностных смыслов жизни.

4. Категория участников: подростки, имеющие высокий уровень выраженности факторов риска суицида и низкий уровень социальной компетентности.

5. Форма проведения: индивидуальные коррекционно-развивающие занятия.

6. Количество часов: 17

7. Используемая литература:

- 1) Абрамова Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург, 2000.
- 2) Битянова М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками.- Санкт-Петербург, 2007
- 3) Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения.- М.: Педагогика, 1990г.
- 4) Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В. – Барнаул, 2014
- 5) Факторы риска здоровья в образовании: диагностика и коррекция (методическое пособие для учителей) / Н.З. Кайгородова – Барнаул, 2013

8. Тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Цель занятия
1-2	Знакомство	Установление контакта с подростком, побуждение желания взаимодействовать, снятие тревожности, повышение у подростка уверенности в себе; изучение личностных особенностей развития
3	Кто я?	Развитие у подростка “Я-концепции”.
4	Я и мой мир	Овладение способами взаимодействия с миром и самим собой.
5	Мои чувства, мои эмоции.	Гармонизация и оптимизация развития личности подростка.
6	Мотивы	Формирование жизненно важных мотивов (коммуникативных, профессиональных, познавательных, достижения и т.д.).
7	Я и мои родители	Гармонизация детско-родительских отношений
8	Неуверенность и ее маски.	Развитие навыков самосознания, самоконтроля, саморегуляции.

9	Смысл жизни – в ценностях?	Развитие целеполагания
10	Дружба.	Формирование навыков общения, развитие способностей устанавливать контакт с окружающими, снятие внутренних барьеров, сознанию своих личностных качеств
11	Конфликт	Введение в понятие “конфликт”, осознание собственной конфликтности, получение опыта активной борьбы.
12	Стресс	Формирование понятия о стрессе, его причинах, способах борьбы с данным явлением; Выработка индивидуальной психотехники видоизменения, ослабления стрессовых переживаний.
13	Страхи и фобии	Переход от отрицательной фазы развития личности к положительной
14	Метод СДР (смотри, думай, решай)	Формирование стратегии преодоления трудностей и метода принятия решений (СДР).
15	Психоактивные вещества – со мной или без меня?	Формирование объективных знаний о вредном воздействии психоактивных веществ на живой организм, развитие психологического иммунитета к психоактивным веществам.
16	Мое будущее	Формирование позитивного представления о собственном будущем
17	Моя жизнь по собственному выбору	Формирование самосознания подростка, личностный рост

Организация работы по психолого-педагогической подготовке подростков к трудным жизненным ситуациям

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Программа развития познавательных способностей учащихся»
для учащихся 5-6 классов

Цель данной программы – сформировать компетентность в сфере навыков интеллектуальной деятельности (позитивный анализ трудных жизненных ситуаций, расширение кругозора и внутренней культуры), адекватную самооценку, что позволит освоить различные стратегии совладающего поведения, тактики саморегуляции собственного эмоционального состояния, а через навыки взаимодействия с окружающими развить коммуникативную компетентность.

Основными задачами *программы* являются:

- развитие психических познавательных процессов: мышления, восприятия, внимания, памяти, воображения у обучающихся на основе развивающего предметно-ориентированного тренинга;

- формирование учебно-интеллектуальных умений, приемов мыследеятельности, освоение рациональных способов ее осуществления на основе учета индивидуальных особенностей учащихся;

- формирование самооценки и уверенности в себе, собственного стиля мышления;

- освоение приемов творчества и методов решения творческих задач;

- развитие коммуникативных навыков – социальная поддержка, адекватное реагирование на справедливую и несправедливую критику.

Содержание курса

1. Развиваем логическое мышление

Что такое интеллект. Понятие интеллекта, творчества. Дар и талант. Труд. Значение развития интеллекта. Различные виды интеллекта.

Диагностика интеллектуального развития.

Понятие. Отношения между понятиями: род-вид. Обобщение понятий. Более общее и более частное понятия. Составление логической цепочки: общее-менее общее-частное (в прямом и

обратном направлении). Выбор более общего понятия к данному. Обобщение пары и группы понятий. Ограничение понятий. *Развивающие игры.*

Выделение существенных признаков понятий. Обобщение понятий и формулирование определений. Правила составления определений: понятие: обобщающее слово (родовое понятие) + существенный признак (видовое отличие). *Практические задания и развивающие игры.*

Функциональные отношения между понятиями. Часть-целое, последовательности, рядоположности, причины и следствия. Установление причинно-следственных связей. *Практические задания.*

Сравнение понятий. Выявление сходства и различий. Отношение противоположности. Понятия одного порядка, противоположные по смыслу (антонимы). Синонимы. Омонимы. Выявление сходства и различий по существенным признакам. Главные и второстепенные признаки явлений. Узнавание предметов по указанным признакам. Аналогия. Умение проводить аналогии. *Развивающие игры.*

Классификация понятий. Правила классификации. Умение классифицировать понятия по двум и трем признакам. Обобщение понятий. Подбор определений к выделенным понятиям. *Развивающие игры.*

Рассуждение. Умозаключение. Обобщающий и оценочный, дедуктивный и индуктивный выводы. Алгоритмы деятельности при формировании умений делать выводы. Доказательства. Основные этапы деятельности при обучении доказательству. *Практические задания и развивающие игры.*

Закономерность. Закон. Поиск закономерностей. Представление закономерностей в различных видах (аналитическом, вербальном, графическом и др.). Формирование умения анализировать ситуацию, устанавливать причинно-следственные связи, находить закономерности, завершать схемы. *Развивающие игры.*

Объяснение значения слов. Подбор и объяснение значения слов в зависимости от контекста. Подбор понятий, близких по смыслу (синонимы). Составление предложений. Принципы составления предложений из рассыпанных предложений. Уяснение смысла предложений. Устойчивые словосочетания, определяющие смысл предложений. Знакомство с устойчивыми грамматическими сочетаниями. Дополнение текста. Уяснение содержания текста. Смысловые сочетания. Дополнение известных словосочетаний по смыслу. Роль смысловых сочетаний в тексте. *Практические задания и развивающие игры.*

Уяснение смысла вербального материала. Крылатые и метафорические выражения и объяснение их смысла. Составление предложений. Понимание смысла пословиц. Обоснование суждений. *Практические занятия и развивающие игры.*

2. Развиваем творческое мышление

Творчество. Что такое творчество? Методы решения творческих задач. Из жизни великих людей. Секреты и методы творчества. Диагностика творческих способностей. *Практические задания и развивающие игры.*

Воображение. Что такое воображение. Виды воображения. Воссоздание образов. Фантастический образ. Ассоциации. Приемы развития воображения: головоломки на плоскости, незаконченный рассказ, описание картины, задачи со спичками и т.д. *Развивающие игры.*

Конструирование на плоскости и в пространстве. Танграм. Головоломки на плоскости. Создание фигур по заданным рисункам. Диагностика пространственного воображения. Конструирование в пространстве. Создание моделей пространственных фигур. *Практические задания и развивающие игры.*

Оценка явлений и событий с разных точек зрения. Формирование умений задавать вопросы, видеть положительные и отрицательные стороны явлений. *Практические задания и развивающие игры.*

Постановка и разрешение проблем. Анализ проблемной ситуации. Методы разрешения проблемных ситуаций: мозговой штурм, метод разрешения противоречий, метод морфологического ящика. Мозговой штурм: из истории возникновения, основные этапы, правила работы. Метод разрешения противоречий: сущность метода, применение к решению проблемных ситуаций. Метод морфологического ящика: из истории возникновения, сущность метода, алгоритм его применения. *Практические задания и развивающие игры.*

Методы решения изобретательных задач. Метод контрольных вопросов: из истории возникновения, алгоритм применения метода. Метод синектики: прямая, символическая, фантастическая аналогии, алгоритм применения метода. Метод преобразования свойств: сущность метода. Использование данного метода в литературных произведениях. Применение его к решению изобретательских задач. Замена функций: условия применения метода, разрешение проблемных ситуаций на основе данного метода. *Практические задания и развивающие игры.*

Учебно-тематический план курса

№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов
Развитие интеллектуальных умений. 5 класс (34 ч)			
1	Человек и его интеллект	Что такое интеллект. Понятие интеллекта, творчества. Дар и талант. Различные виды интеллекта. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
2	Диагностическое тестирование		1
3-4	Обобщение и ограничение понятий	Интеллектуальная разминка. Понятие. Отношения между понятиями: род-вид. Обобщение понятий. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
5-6	Обобщение и ограничение понятий	Тренинг внимания. Ограничение понятий. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
7-8	Выделение существенных признаков	Интеллектуальная разминка. Что такое признак. Выделение существенных признаков. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
9	Обобщение понятий при построении определений	Обобщение понятий и формулирование определений. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
10	Отношения между понятиями: рядоположности, часть-целое	Функциональные отношения между понятиями: часть-целое, последовательности, рядоположности. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
11-12	Сравнение понятий. Установление сходства и различий	Тренинг зрительной памяти. Сравнение понятий. Отношение между понятиями: часть-целое, последовательности, рядоположности. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
13	Сравнение понятий. Отношения противоположности	Тренинг внимания. Сравнение понятий. Отношение противоположности. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
14-15	Установление причинно-следственных связей	Тренинг внимания. Функциональные отношения между понятиями: причины и следствия. Установление причинно-следственных связей. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
16-17	Логические задачи	Установление связей между понятиями. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
18-19	Классификация понятий	Классификация понятий. Правила классификации. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
20	Классификация понятий	Классификация понятий. Умение классифицировать понятия по двум и трем признакам. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
21-22	Сравнение понятий. Аналогия	Сравнение понятий и смысловых словосочетаний. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
23-25	Поиск закономерностей	Закономерность. Закон. Поиск закономерностей. Представление закономерностей в различных видах. Решение логических задач. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	3
26-27	Поиск	Поиск закономерностей. Представление	2

	закономерностей	закономерностей в различных видах. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	
28	Выделение существенных признаков предметов	Существенные и несущественные признаки. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
29	Поиск закономерностей	<i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
30-31	Объяснение понятий в зависимости от контекста	Объяснение значений слов. Подбор и объяснение значений слов в зависимости от контекста. Составление предложений. Уяснение смысла предложений. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
32-33	Логические задачи	Повторение: отношения между понятиями. Классификация. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
34	Итоговое тестирование		1
Учимся мыслить творчески. 6 класс (34 ч)			
1	Диагностическое тестирование		1
2	Классификация понятий. Обобщение и ограничение понятий	Правила Классификации. Умение классифицировать понятия по двум и трем признакам. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
3	Сравнение понятий	Сравнение понятий. Отношение между понятиями: часть-целое, последовательности, рядоположности. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
4-5	Выделение существенных признаков	Существенные и несущественные признаки. Умение анализировать, находить закономерности, составлять цепочку рассуждений, формулировать выводы. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
6-7	Устойчивые словосочетания, определяющие смысл предложений	Устойчивые словосочетания, определяющие смысл предложений. Дополнение текста. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
8-9	Смысловые словосочетания	Смысловые словосочетания. Дополнение известных словосочетаний по смыслу. Роль смысловых сочетаний в тексте. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
10-11	Синонимы, антонимы	Установление отношений между понятиями: синонимы, антонимы. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
12-13	Творчество. Методы решения творческих задач	Творчество. Что такое творчество. Из жизни великих людей. Секреты и методы творчества. Методы решения творческих задач. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
14-15	Метод контрольных вопросов	Методы решения творческих задач. Метод контрольных вопросов. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
16-17	Оценка явлений, событий с разных точек зрения	Оценка явлений, событий с разных точек зрения. Формирование умений задавать вопросы, умений видеть положительные отрицательные стороны явлений. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
18-19	Воображение	Воображение. Что такое воображение. Виды воображения. Фантастический образ. Ассоциации. Приемы развития воображения. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2

20	Компьютерный практикум	Создание компьютерного рисунка	1
21-22	Конструирование на плоскости	Конструирование на плоскости. Танграм. Головоломки на плоскости. Создание фигур по заданным рисункам. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
23-24	Конструирование на плоскости	Диагностика пространственного воображения. Конструирование в пространстве. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
25-26	Постановка и разрешение проблем	Постановка и разрешение проблем. Анализ проблемной ситуации. Методы разрешения проблемных ситуаций. Мозговой штурм: из истории возникновения, основные этапы, правила работы. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
27-28	Разрешение проблемных ситуаций	Анализ проблемной ситуации. Методы разрешения проблемных ситуаций. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
29-30	Метод разрешения противоречий	Анализ проблемной ситуации. Мозговой штурм. Метод разрешения противоречий: сущность метода. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
31	Итоговое тестирование		1
32-34	Решение творческих задач	Творческие задачи (проводятся по задачам, предложенным учащимися)	3
Методы решения творческих задач. 7 класс (34 ч)			
1-2	Секреты и методы творчества	Как развивать творческие способности. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
3-4	Поиск закономерностей	Поиск закономерностей. Представление закономерностей в различных видах. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
5-6	Логические цепочки	Тренинг внимания. Установление функциональных отношений между понятиями. Сравнение. Аналогия.	2
7-8	Логические цепочки. Причинно-следственные связи	Установление причинно-следственных связей. Логические рассуждения. Умозаключения. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
9-10	Как решать изобретательские задачи	Как рождаются изобретения. Постановка и разрешение проблем. Мозговой штурм. Практикум изобретателя.	2
11-12	Мы наблюдатели. Развитие наблюдательности	Тренинг внимания. Умение быть наблюдательным. Правила наблюдения.	2
13-14	Развитие воображения	Интеллектуальная разминка. Ребусы. Составление рассказа по вопросам. Тренинг воображения. Творческие задачи.	2
15	Учимся оценивать и применять альтернативные стратегии действия	Умение анализировать, выбирать и обосновывать свое решение, действие	1
16-17	Изобретательское творчество	Что такое изобретение. Из истории изобретательства. Альфред Нобель. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
18-19	Методы решения изобретательских задач. Метод разрешения противоречий	Методы решения изобретательских задач: метод проб и ошибок. Что такое противоречие. Свойство и антисвойство. Функции и противоположные функции предметов. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2

20	Решение задач методом разрешения противоречий	Приемы разрешения противоречий: изменения окраски, предварительного исполнения, «заранее предложенной подушки», прием «наоборот». <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
21	Решение задач методом разрешения противоречий	Способы разрешения противоречий: во времени, в пространстве, в воздействии. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
22-23	Творчество и фантастика	Что такое фантастика. Фантастика в литературных произведениях. Изобретательские приемы в литературных произведениях	2
24-25	Методы решения творческих задач	Задачи Шерлока Холмса. Дедуктивный метод.	2
26	Методы решения творческих задач: преобразование свойств	Метод преобразования свойств: сущность метода. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
27	Методы решения творческих задач: метод фокальных объектов	Метод фокальных объектов: сущность метода. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	1
28-29	Методы решения творческих задач: идеальный конечный результат	Что такое идеальный конечный результат. Методы решения творческих задач. <i>Практические задания, развивающие игры.</i>	2
30-31	Методы решения творческих задач: морфологический ящик	Метод морфологического ящика: сущность метода	2
32-33	Методы решения творческих задач	Методы решения творческих задач: творческий практикум. Принципы решения изобретательских задач.	2
34	Решение творческих задач	Творческие задачи (проводится по задачам, подобранным учащимися)	1

раздел «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям»
в элективном курсе «Выбор профессии» для учащихся 9 классов

раздел «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям»					
№ п/п	Содержание	Всего часов	Из них		форма контроля
			теоретических	практических	
17-18	Самосознание и саморазвитие.	2	1	1	Практическая работа «Решение жизненных задач»
19-20	Эмоции и чувства. Особенности эмоционально-личностного развития личности.	2	1	1	
21-22	Стресс и тревожность. Саморегуляция.	2		2	
23-24	Позиции общения и стили общения. Психологические защиты и барьеры общения.	2	1	1	
25	Конфликтология. Конструктивное преодоление конфликтов.	1		1	
итого		9	3	6	

Учебно-тематический план курса занятий для детей,
осваивающих программу начального общего образования

№	Наименование блоков, тем	Всего часов	В том числе		
			Теоретические	Практические	Контрольно-диагностические
1.	Общение в моей жизни	2	1	1	
2.	Я и мои возможности	2		2	
3.	Я среди других	2	1	1	
4.	Учимся сотрудничать	4	1	2	1
5.	Основные жизненные ценности	4	1	2	1
6.	Учимся преодолевать трудности	4	1	3	
7.	Я принимаю самостоятельное решение	4	1	2	1
8.	Подводим итоги	2		1	1
		24	6	14	4

Учебно-тематический план курса занятий для детей,
осваивающих программу основного общего образования

№	Наименование блоков, тем	Всего часов	В том числе		
			Теоретические	Практические	Контрольно-диагностические
1.	Жизнестойкость как качество успешной личности	2	1	1	
2.	Мои сильные и слабые стороны	2		1	1
3.	Мои возможности и способности	2	1	1	
4.	Мое будущее	2		2	
5.	Правила поведения в современном обществе	4	2	2	
6.	Мои жизненные ценности	2	1	1	
7.	Действуем в сложных жизненных ситуациях	4	1	2	1
8.	Я делаю выбор	4	2	1	1
9.	Я принимаю ответственное решение	4	1	2	1
10.	Учимся общаться бесконфликтно	4	1	2	1
11.	Успешно преодолеваем трудности	4	2	2	
12.	Подводим итоги	2		1	1
		36	12	18	6