МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕУЧРЕЖДЕНИЕ
«Лицей № 130 «РАЭПШ»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 13 от 29.08.2018

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Лицей «130» РАПШ»
_____ О.И. Шарапова
Приказ № 203-р от 29.08.2018

Программа

по формированию жизнестойкости обучающихся

«ЖИТЬ –ЗДОРОВО!»

Срок реализации с 2018 года

Возрастная категория: учащиеся 11-16 лет

г. Барнаул 2018

I.ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Программа по формированию жизнестойкости обучающихся в общеобразовательном учреждении МБОУ «Лицей №130 «РАЭПШ»
Основания для разработки Программы	- Конституция Российской Федерации; -Закон 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (принят Государственной Думой 21.12.2012 г.); - Конвенция о правах ребенка; -ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» -Всеобщая декларация прав человека Приказ № 5060 от 29.09.2014 главного управления образования и молодежной политики «О мерах по повышению эффективности работы общеобразовательных организаций по формированию навыков жизнестойкости обучающихся» Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края 20.10.2014 №5486 «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации программы по формированию жизнестойкости обучающихся общеобразовательных организаций» Приказ комитета по образованию города Барнаула от 29.10.2014 №1549-осн «Об организации работы в общеобразовательных учреждениях по формированию жизнестойкости обучающихся»
Субъект бюджетного планирования	МБОУ «Лицей № 130 «РАЭПШ»
Основные разработчики	Творческая группа под руководством заместителя директора по ВР
Исполнители	Педагогический, ученический, родительский коллективы школы. Совет учреждения
Цель Программы	Повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения.

Задачи Программы	-Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации; -Формирование 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.
Сроки реализации мероприятий Программы	2018-2022 учебный год
Модули программы	Профилактическая работа в классных коллективах. Элективный курс (факультатив) Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей
Исполнители программы	Педагогический коллектив МБОУ «Лицей № 130 «РАЭПШ»
Показатели эффективности программы	Сформированность качеств: -Высокая адаптивность. -Уверенность в себе. -Независимость, самостоятельность суждений. -Стремление к достижениям. -Ограниченность контактов, самодостаточность.
Контроль реализации Программы	Внутришкольный контроль

Актуальность программы

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» (Книжникова С.В.), является актуальной задачей педагогического коллектива любой образовательной организации. Решение данной задачи возможно в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальные педагоги, педагоги- психологи.

Формирование жизнестойкости опирается на аксиологический подход к категории «ценность»: ценность человеческой жизни, цели и смысла жизни. Формируется отношение к общечеловеческим ценностям, определяется выбор социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора, индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях.

Предлагаемые мероприятия направлены на разработку и реализацию программы по формированию жизнестойкости у подростков **11-17 лет.** Этот выбор обусловлен особенностями подросткового периода, связанного с развитием саморефлексии, становлением индивидуальной и социальной идентичности, повышающим и проявление антивитального поведения (не направленного на жизнь) у подростков с сформированными качествами жизнестойкости (Жезлова,1978, Амбрумова, Вроно, 1980).

I. Подготовительный этап	
Администрация	1. Издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся; 2. Включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся»; 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 обучающегося» (приложение 2 к методическим рекомендациям), 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, социальным педагогом
Педагог-психолог	1. Разрабатывает цикл занятий по формированию жизнестойкости, утверждает учебно-тематический план занятий (при наличии факультативных занятий, элективных курсов, уроков психологии); 2. Определяет группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся (воспитанники) без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направленности; 3. Проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков, получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы; Проводит диагностику личностного развития детей подросткового возраста (Прихожан А. М.) с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (приложение 1 к методическим рекомендациям) (при наличии письменного разрешения родителей (законных представителей); 4. Составляет учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы риска и утверждает его руководителем образовательной организации
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) обучающихся; 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 обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности
Педагог-психолог	1. Организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-3 групповых психологических занятий в пятых, девятых классах, в «сборных» вновь созданных классах, а также в классах, где появился новый ученик, в конфликтных классах (по мере необходимости); 2. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации; 3. Проводит элективный курс (факультатив) для обучающихся по формированию жизнестойкости (при наличии); 4. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей); 5. Осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости
Социальный педагог	Осуществляет социальный патронаж обучающихся, 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

	каждом учебном году в соответствии с показателями эффективности; 2. Осуществляет планирование работы на новый учебный год; 3. Организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом; 4. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов 5. Проводит анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы; 6. Планирует работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе)
Педагог-психолог	1. Организует проведение мониторинга социальной компетентности обучающихся (на основании профиля сформированности качеств жизнестойкости в классных коллективах по методике «Шкала социальной компетентности обучающегося»); 2. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в учебном году в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией школы); 3. Планирует мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей), собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обучающихся

План основных мероприятий

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
	Подготовительно – диагностический этап		

1.	Разработка и утверждение плана работы по формированию жизнестойкости учащихся на учебный год.	Август	Заместитель по ВР
2.	Анкетирование учащихся «Тест жизнестойкости»	2 раза в год	Классный руководитель
3.	Итоги анкетирования	2 раза в год	Классный руководитель
4.	Разработка рекомендаций для классных руководителей по формированию жизнестойкости обучающихся	Сентябрь 2018г.	Заместитель по ВР
5.	Размещение методических рекомендаций для законных представителей по вопросам воспитания и обучения, учащихся на информационных стендах и сайтах образовательных организаций	В течение года, по мере необходимости	Заместитель по ВР
6.	Создание банка данных детей, находящихся в "группе риска", трудной жизненной ситуации, социально опасном положении.	В течение года, по мере выявления и по итогам мониторинга	Социальный педагог
7.	Включение вопроса формирования жизнестойкости обучающихся в план внутриучрежденческого контроля	сентябрь	Администрация
8.	Организация реабилитационных мероприятий для	В течение года, по	Социальный педагог

	несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, детей с суицидальными проявлениями.	отдельному плану	
9.	Анализ деятельности ОУ по исполнению Федерального Закона РФ «Об образовании» в части п.6 ст.15 «О недопущении применения методов физического и психического насилия по отношению к обучающимся, воспитанникам».	По мере выявления	директор
10.	Организация всесторонней психолого-педагогической и социальной помощи семьям с детьми с суицидальными проявлениями на основе плана индивидуального сопровождения	В течение года, по мере необходимости	Директор, социальный педагог

11.	Организация работы «телефонов доверия»	В течение года	Социальный педагог
12.	Размещение на сайте актуальной информации, регламентирующей оказание ППМС-помощи, информации о ППМС-центрах различной ведомственной принадлежности	В течение года	администрация

Мероприятия с учащимися			
1.	Доведение до сведения учащихся и их родителей информацию о работе телефонов доверия, служб способных оказать помощь в сложной ситуации.	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Организация внеурочной занятости, работы спортивных секций, кружков	В теч. года	Классный руководитель
3.	Проведение развивающей работы с обучающимися по вопросу толерантного поведения.	1 раз в месяц	Классный руководитель
4.	Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в период подготовки к выпускным экзаменам	1 раз в месяц	Зам по УВР
5.	Занятия по программе «Школа будущего первоклассника» с обучающимися 1х классов	4 раза в месяц	Ответственный за ШБР
6.	Организация учета несовершеннолетних, не посещающих или систематически пропускающих, по неуважительным причинам занятия	В теч. года	Зам по УВР
7.	Консультирование учащихся с целью оказания психологической помощи по снижению уровня тревожности, просвещению в вопросах взаимоотношений в коллективе и семье	В теч. года	Классный руководитель
8.	Оформление информационного стенда ««Будь здоров!»	ноябрь	Социальный педагог
9.	Выставка плакатов по ЗОЖ, вредным привычкам нет.	ноябрь	зам по ВР
10.	Проведение классных часов «Час жизнестойкости»	один –два раза в четверть	Классный руководитель
11.	Организация встреч учащихся с психологами, врачами, представителями органов внутренних дел	В течение года	Социальный педагог
12.	Организация конкурса стенгазет «Не навреди здоровью своему»	январь	Классный руководитель
13.	Популяризация семейного воспитания. Веселые старты «Папа, мама, я – спортивная семья»	февраль	учитель физ-ры

14.	Регулирование взаимоотношений и конфликтных ситуаций среди школьников. Пресечение всех случаев неуставных (школьных) отношений	По необходимости	Директор
15.	Незамедлительное сообщение в администрацию школы, КДН ,ПДН, отдел опеки о фактах насилия над ребенком со стороны родителей или других взрослых лиц.	В течение года	Директор

Классные часы «Час жизнестойкости»

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы: формирование 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.

При организации воспитательных мероприятий следует учитывать механизм развития психологических структур подростка, позволяющих превращать проблемные ситуации в новые возможности:

Показать возможности подростка, помочь их осмыслить, выбрать именно для себя должное, сформулировать цель, организовать деятельность *в* выбранном направлении. Содержание работы с обучающимися 5-6 классов преимущественно направлено на познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, самовоспитание. При проектировании занятий с обучающимися 7-11 классов целесообразно учитывать потребность взрослеющих подростков в избирательности общения, их эмоциональную ранимость, потребность в признании и стремление к самоутверждению.

Условием успешности профилактической работы в классных коллективах является ее системный характер, диалоговое взаимодействие, безоценочное принятие личности подростков, отсутствие назидательности со стороны педагога.

Тема	Содержание	Кол-во часов

«Я и мой мир» 5 класс		
Я - личность и индивидуальность. Я и мои друзья.	Самоанализ подростками сильных и слабых сторон своей личности. Развитие рефлексии. Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как способ саморазвития личности. Командообразование. Самопрезентация. Формирование команды, толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	1-2
Я в мире друзей.	Актуализация представления об особенностях привычек, взглядов, вкусов, позиций, поведения, деятельности людей, обусловленных половыми различиями. Развитие умения сотрудничать, учитывая эти знания. Формирование актуального полоролевого поведения. Формирование команды, толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	1-2
Мои ценности: жизнь, здоровье, время, друзья, семья, успехи	Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Развитие представления о взаимосвязи личных качеств с жизненными успехами и неудачами людей. Формирование: убеждения, что успех в учебе и других делах зависит от труда и упорства; уверенного поведения, произвольности и самоконтроля, адекватной самооценки. Обучение приемам конструктивного общения.	1-2
Практикум уверенного поведения в опасных ситуациях.	Формирование понятий: опасность, риск, трудная жизненная ситуация, помощь, самопомощь, взаимопомощь. Обучение приемам анализа, планирования и преодоления трудной жизненной ситуации. Формирования умения обращаться за помощью к взрослому, сверстникам, пользоваться телефоном доверия. Службы экстренной помощи.	2
6 класс		
Я и мой мир	Формирование: позитивных представлений о будущем; убеждения, что будущее нужно	1-2

	планировать, достижения и успех - результат деятельности человека. Успех деятельности зависит от умения общаться и взаимодействовать с другими. Самоконтроль и саморегуляция, как обязательные элементы успеха. Обучение основам саморегуляции.	
Практикум общения	Формирование понятий: конструктивное (успешное) общение, критика, комплимент, конфликт, этика общения. Обучение способам распознавания уверенного и неуверенного поведения в общении, умения оказать поддержку. Тренировка: уверенного выступления, умения обращения за помощью (на модели игровой ситуации).	1-2
Практикум нестандартных решений в трудных жизненных ситуациях	Формирование позитивного мышления, навыков самоконтроля и саморегуляции. Тренировка принятия решения, обращения за помощью и преодоления трудной жизненной ситуации (на модели игровой ситуации). Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1-2
Если бы моим другом был…я сам	Формирование адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны, мотивации целеполагания, планирования саморазвития; конструктивного отношения к критике в свой адрес. Тренировка в приемах саморегуляции, самопрезентации (на модели игровой ситуации).	**1-2**
7 класс		
Практикум общения	Особенности принятия индивидуального и коллективного решения. Тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения (на модели игровой ситуации «Презентация группы»).	**1-2** часа
Разработка и управление социальным проектом	Формирование навыков конструктивного общения, умений принятия коллективного решения.	1-2

	Формирование и сплочение команды, коррекция социометрического статуса, взаимоотношений, неадекватной самооценки.	
Практикум преодоления трудностей.	Формирование умения постоять за себя, отстаивать свои права, сказать «нет»; анализировать ситуации, выявляя свое ошибочное суждение. Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях. Информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей.	1-2
Я - личность!	Осознание собственной ценности, ценности человеческой жизни. Выбор своей социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми. Характер принятых решений, направленность выбора в сложных жизненных ситуациях (на модели игровой ситуации).	1-2
«Я и этот мир» 8 класс		
Ценность жизни. Факторы риска и опасности.	Дискуссия о жизненных целях и ценностях. Определение факторов риска и опасности (в т.ч. зависимости). Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в ситуациях риска и опасности.	1-2
Практикум общения	Самопрезентация группы. Вопросы-ответы. Предупреждение и разрешение конфликтов.	1-2
Практикум саморегуляции	Способность человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях. Последствия воздействия стресса на организм, возможности эффективно противостоять стрессу. Овладение приемами саморегуляции.	1

Риск - дело благородное?	Дискуссия: «Риск - дело благородное? Рискованное поведение - проявление смелости, взрослости, решительности?» Формирование понятий: неоправданный риск, минимальный риск, склонность к риску, минимизирование неизбежного риска, самосохранение, самоспасение, самопомощь. Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1-2
9 класс		
Жизнь по собственному выбору	Актуализация представления о своем будущем, о своих жизненных целях. Профессия как ценность. Формулирование целей и определение временных границ. Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях. Программы защиты от стресса, зависимости.	1-2
Практикум конструктивного общения	Анализ особенностей общения, ресурсов личностного роста учащихся. Формирование навыков конструктивного поведения в ситуации сложного выбора, принятия коллективного решения. Защита от агрессии и стресса.	1-2
Любовь! Что это такое?	Любовь и романтические отношения в жизни человека. Отношение к любви в разные эпохи. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия и зависимости в отношениях. Как пережить разрыв романтических отношений?	1-2
Проблемы смысла жизни	Проблемы смысла жизни и счастья - составляющие счастья. **Я** - в мире сверстников. Я - в мире взрослых.	1-2
10 класс		
Классный час «Жизнь человека и его право на жизнь в современном обществе»	Используется информация о правовом статусе личности в Российской Федерации и международных документах, обеспечивающих им их права.	1

Классный час по обсуждению готовности к трудным жизненным ситуациям	Используется информация о механизмах возникновения и развития стресса, материалы для проведения антистресс-тренинга (Каменюкин А.Г., 2008)	1
Классный час «Мои жизненные планы»	Используется информация о способах постановки тактических и стратегических жизненных целей, их связи с ценностными ориентациями личности, техника жизненного анализа (Н.К. Васильева,1999) Составляется жизненный план подростка, обсуждаются варианты действий при невыполнении плана, продумывается достижение поставленных целей различными способами, соотносимых с социальными ценностями.	1
11 класс		
Классный час «Мы выбираем жизнь»	Презентация «Мы выбираем жизнь!», рассказ Г.Журбы «Уйти из жизни», стих-е «Бездна» Е.Мозоль	1
Классный час «В чем ценность жизни»	Обсуждение с подростками жизненных целей, ценностей и смыслов. Обсуждение жизненных ситуаций людей с разными жизненными смыслами, целями и ценностями.	1
Тренинговые занятия на преодоление тревожности перед сдачей ЕГЭ	Формирование у старшеклассников жизнеутверждающих установок. Содействие формированию умения учащихся справляться с трудностями.	2

Профилактическая работа с родителями

№	Мероприятие	Срок	Ответственный
1.	Общешкольное родительское собрание «Детско-родительские отношения» , «Профилактика антивитального поведения»	ноябрь декабрь март	администрация
2.	Консультирование родителей, семей с целью оказания психологической помощи, разрешения конфликтных ситуаций, предупреждения суицидального поведения учащихся ОУ, психологическое сопровождение семейных кризисов	В течение года	Директор Классный руководитель
3.	Выявление семей, в которых практикуется жестокое обращение с детьми (индивидуальные беседы, анкетирование)	В течение года	Директор, Классный руководитель

4.	Родительское собрание «ГИА», психологическое сопровождение учащихся	3 раза в год	Зам по УВР
5.	Общешкольное родительское собрание «Мои успехи тебе Россия, город, край!»	май	Зам по ВР, директор
6.	Профилактическая работа с семьями, проведение родительского всеобуча.	В течение года	Классный руководитель
7.	Консультативная психологическая помощь семьям и подросткам в целях предупреждения у учащихся нервно-психических расстройств	В течение года	Сихологи Потенциал
8.	Обсуждение результатов повторной диагностики с учащимися	Май	Директор, кл.рук., зам по ВР
9.	Организация и проведение родительского лектория в рамках «Школы для родителей»	1 раз в четверть	Классные руководители
10.	Организация и проведение опроса родителей (законных представителей) по вопросам детско-родительских отношений с целью выявления актуальных проблемных вопросов воспитания и обучения.	Сентябрь-октябрь	Классные руководители

Примерная тематика родительского лектория
«Школа ответственных родителей» (ШОР)

5 класс			
Возрастные особенности подростка. Развитие внимания и памяти школьника. Особенности темперамента школьника-подростка	Социализация ребенка в семье. Роль семьи в нравственном развитии подростков.	Ценности современного подростка Причины появления агрессии. Ребёнок с признаками агрессивного поведения	Здоровый ребенок – здоровое общество. Конвенция ООН «О правах ребенка»
6 класс			

Формирование воли шестиклассника Воспитание характера школьника Самооценка школьника-подростка	Взаимодействие с тревожными детьми Проблемное поведение подростков	Ориентация школьников на ценности семьи Общение в семье Детское общественное объединение	Нравственное развитие школьников Причины появления агрессии. Ребёнок с признаками агрессивного поведения
7 класс			
Воспитание детей в семье. Социализация личности.	Межличностное общение подростков. Агрессивный ребенок – причины появления проблемы.	Проблемное поведение подростка Ориентация подростка на социально значимые ценности.	Эстетическое воспитание подростка Право, ребенок и его окружение.
8 класс			
Духовные ценности семьи Содружество школы и семьи .	Конфликты и пути их решения. Суициды как крайняя форма отклоняющегося поведения	Детско-родительские отношения Общение родителей с детьми	Воспитание толерантности подростка.
9 класс			
Культура общения подростка Мотив как регулятор поведения	Путь к согласию, или Как	Патриотическое воспитание школьников Ребенок и	Развитие эстетической

	разрешить конфликт Ориентация школьников на ценности семьи	полиция	культуры подростков
10 класс			
Психологические особенности развития личности старшеклассника Стили и методы воспитания старшеклассника в семье	Ценностные ориентиры современных старшеклассников Её величество Женщина. В семье – старшеклассница	Роль семьи на этапе самоопределения старшего школьника Мужественность. В семье – старшеклассник	Жизненные сценарии детей. Профессиональная ориентация старшеклассников
11 класс			
Стресс – это не то, что с человеком происходит, а то, как он переживает ситуацию	Как помочь ребёнку пережить «безответную любовь» Воспитание в семье уважения к закону, развитие гражданственности и патриотизма	Оказание помощи старшему школьнику в период сдачи ЕГЭ.	Жизненные сценарии детей. Профессиональная ориентация старшеклассника

Работа с педагогическим коллективом

№	Мероприятие	Срок	Ответственный
1.	МО классных руководителей по планированию работы на учебный год, знакомство с нормативными документами. Рассмотрение методических рекомендации по формированию жизнестойкости среди детей и подростков	Сентябрь ноябрь	Зам по ВР
2.	Организация работы по выявлению и учету учащихся с высоким уровнем тревожности и депрессии для проведения индивидуальной работы	По плану кл. рук	Классный руководитель
3.	Составление базы данных о семьях, находящихся в социально – опасном положении.	Сентябрь	соц. педагог

4.	Организация работы по учету семей, в которых возможны факты жестокого обращение с детьми, семейные конфликты (анкетирование, беседы с учащимися). Оперативное информирование школьных инспекторов полиции для организации совместной индивидуальной работы	В теч. года	Директор, кл.рук., социальный педагог
5.	Семинар для педагогов «Конструктивные способы разрешения конфликтных ситуаций»	апрель	Директор, зам по ВР
6.	Семинар для классных руководителей «Психологовозрастные и физиологические особенности развития ребенка»	март	Зам по ВР
7.	Повышение квалификации педагогов по профилактике суицидального поведения через МО классных руководителей	В течение года	зам.директора по ВР
8.	Ознакомление классных руководителей с документами Уголовный кодекс РФ (ст.117 «Истязание», ст.110 «Доведение до самоубийства», ст.131-134 о преступлениях сексуального характера), Административный кодекс РФ (ст.164 «О правах и обязанностях родителей»), Конвенция ООН о правах ребенка (ст.6, 8, 16, 27, 28, 29, 30), нормативные документы о профилактике безнадзорности и правонарушений н/л, о защите их прав и т.п. Нормативные документы по жизнестойкости.	В течение года	Зам по ВР
9.	Отчет об итогах работы по формированию жизнестойкости	Декабрь июнь	Зам по ВР, классные руководители
10.	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями СОП.	В течение года	социальный педагог
11.	Организация комиссии по примирению для разрешения внутришкольных конфликтов	В течение года	директор
12.	Анализ и оценка результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в учебном году	Май	зам.директора по ВР, педагоги-психологи

13.	Диагностика уровня развития жизнестойкости учащихся	По плану кл. рук	классные руководители
14.	Проведение инструктажей о безопасном интернете, о непосещении опасных сайтов под роспись	В течение года	Классные руководители
15.	Проведение КТД направленных на формирование жизнестойкости	В течение года	Социальный педагог
16.	Включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность	В течение года	Классные руководители
17.	Проведение мониторинга социальной компетентности обучающихся.	май	классные руководители
18.	Ведение на школьном сайте раздела «Формирование жизнестойкости обучающихся»	В течение года	Отв. за сайт
19.	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	Каникулярное время	социальный педагог

Методические рекомендации по проектированию педагогом-психологом элективного курса (факультативных занятий).

Содержание занятий элективного курса (факультативных занятий) направлены на решение следующих задач программы:

формирование 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.

Программа «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» для подростков 7-9 классов (автор-составитель С.В. Книжникова) направлена на формирование навыков совладающего поведения.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов
ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК		
1.	Личные психологические зоны риска подростка	2
2.	Возрастные особенности как факторы риска	2

3.	Психологические признаки опасности	2
ТРЕНИНГ НЕСТАНДАРТНЫХ РЕШЕНИИ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ		
4.	Самопрезентация и организация группы	2
5.	Вопросы-ответы	2
6.	Ассоциации в парах	2
7.	Мои проблемы	2
8.	«Мой портрет в лучах солнца» и «Минута молчания»	2
9.	«Я могу уверенно ответить»	2
10.	Я не такой, как все, и все мы разные»	2
11.	«Стоп! Подумай! Действуй!»	2
12.	Тренинг нестандартных поступков и преодоление страха	2
13.	Основы саморегуляции	2
14.	Программа защиты от стресса	2
РАЗВИТИЕ РЕФЛЕКСИИ, ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ И СПОСОБНОСТИ К ЦЕЛЕПОЛАГАНИЮ		
15.	Главные цели и определение временных границ	2
16.	Оценка ресурсов и препятствий	2
17.	Личные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях	2
18.	Как преодолевать тревогу	2
19.	Ценить настоящее	2
20.	Жизнь по собственному выбору	2
Всего		40

Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации

Основная задача индивидуальной (групповой) 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. Эффективным методом работы может быть беседа, которая проводится по следующим этапам:

Этапы беседы	Главные задачи этапа	Используемые приемы
Начальный этап	Установление эмоционального контакта с собеседником, взаимо-	«Сопереживание», «Эмпатийное выслушивание»

	отношений сопереживающего партнерства	
Второй этап	Установление последовательности событий, которые привели к кризисной ситуации; снятие ощущения безвыходности ситуации	«Преодоление исключительности ситуации», «Поддержка успехами и достижениями», «Структурирование беседы», «Постоянное внимание к содержанию», «Определение конфликта»
Третий этап	Совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации	«Интерпретация», «Планирование», «Удержание паузы», «Фокусирование на ситуации»
Заключительный этап	Окончательное формулирование плана деятельности; активная психологическая поддержка	«Логическая аргументация», «Рациональное внушение уверенности»

Организуя психокоррекционую работу с учащимися по переживанию травматического события педагог-психолог должен иметь соответствующий рабочий инструментарий по работе с травмой: набор психокоррекционных техник и методов, упражнений, как для детей, так и подростков, направленных на создание психологически безопасной атмосферы в группе, коррекцию эмоциональной сферы, снятие тревоги, беспокойства, работу со страхами, психокоррекцию агрессивных и аутоагрессивных тенденций, выработку внутренней свободы, на понимание своих целей, потребностей, преодоление препятствий, выработку навыков поиска выхода из сложных ситуаций, формирование позитивного образа будущего. Необходимо применять техники психокоррекции эмоционального состояния в соответствии с возрастом учащегося, применять и обучать учащихся методам саморегуляции.

Критерии оценки результатов

Направление	Критерии	
	количественные	качественные

Обучающиеся	-доля обучающихся, вовлеченных в реализацию программы – 100%; - доля обучающихся, обеспеченных информационным материалом – 100%; -доля обучающихся с низким уровнем сформированности жизнестойкости – не более 4%	- соответствие информационно материала и проводимых мероприятий целевой аудитории; -сформированность потребности к саморазвитию и самосовершенствованию.
Родители (законные представители)	-доля родителей, вовлеченных в реализацию программы –70%; - доля родителей, обеспеченных информационным материалом – 100%;	-повышение психолого-педагогической компетентности родителей по формированию жизнестойкости школьников, -повышение эффективности использования интернет-ресурсов для создания единого образовательного пространства
Педагоги	- доля педагогов, вовлечённых в реализацию программы - 70%.	- повышение уровня мотивации педагогов; - внедрение управленческих механизмов мотивации педагогов в образовательный процесс; -повышение психолого-педагогической компетентности педагогов.
Просветительско-профилактическое	- доля участников на мероприятиях – 90%; -охват профилактической работой обучающихся «группы риска» – 100%	- соответствие подачи материала возрастным особенностям; - соответствие обучающего материала проблемной ситуации; - насыщенность обучающего материала информацией.
Коррекционно-развивающее	- улучшение показателей диагностических исследований на 40%. -сокращение доли обучающихся «группы риска» до 10%.	- соответствие методик особенностям обучающихся группы риска; - качественная динамика состояния обучающихся в процессе реализации коррекционных мероприятий; - субъективные данные об эмоциональном самочувствии обучающихся.

Список литературы

Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002

Вачков И., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников,- СПб, 2009.-111 с.

Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС- полиграфия», 2009

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,- 184 с.

Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возрастав М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе.- М.,2001

Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб.: «Речь», 2005.- 176с.

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,- 207с