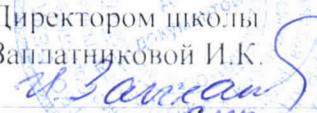



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Бурлинская средняя общеобразовательная школа»
Бурлинского района Алтайского края

<p>Принята педагогическим советом МБОУ «Бурлинская СОШ» протокол № <u>7</u> «<u>21</u>» <u>12</u> 2018 г.</p>	<p>Утверждена Директором школы Заплатникова И.К.  Приказ № <u>249</u> «<u>29</u>» <u>12</u> 2018 г.</p> 
---	--

Программа по формированию
жизнестойкости обучающихся
МБОУ «Бурлинская СОШ»
на 2019 - 2020 г.г.

Пояснительная записка

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 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.

Программа по формированию жизнестойкости направлена на работу с подростками 11-15 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.

Цель программы - повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения.

Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных **задач**:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
3. Формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
4. Организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

Направление работы:

1. Профилактическая работа в классных коллективах ;
3. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации ;
3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Показателем эффективности программы выступает повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

1. Высокая адаптивность.
2. Уверенность в себе.
3. Независимость, самостоятельность суждений.
4. Стремление к достижениям.

Этапы работы

Администрация	<ol style="list-style-type: none"> 1. Издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся; 2. Организует проведение методических семинаров, (педагогических советов) по организационно-содержательным вопросам формирования жизнестойкости обучающихся в образовательной организации педагогическими работниками 	август
Классный руководитель	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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 (при наличии) 	<p>Сентябрь</p> <p style="text-align: right;">В течение года</p>

Педагог-психолог	<p>1. Разрабатывает мероприятия по формированию жизнестойкости (классные часы, родительские собрания);</p> <p>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;</p> <p>3. Проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков,</p> <p>4. Проводит индивидуально коррекционные занятия и консультации с обучающимися.</p>	<p>Август</p> <p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>
------------------	--	---

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.

Структура занятий

1. Упражнение для создания эмоционального настроения на занятие;
2. Работа в микрогруппах;
3. Мини-дискуссия;
4. Подведение итогов по схеме:
 - Как менялось мое эмоциональное состояние в течение занятия?
 - Какой опыт приобретен в процессе занятия?
 - Какой эпизод занятия запомнился (понравился, удивил) больше всего? Почему?

5. Притча

При проектировании занятий с обучающимися 7-9 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.

Тематическое планирование

Тема	Содержание	Кол-во часов
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. Формирование и сплочение команды, коррекция социометрического статуса, взаимоотношений, неадекватной самооценки.	1-2
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	1-2

	взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей.	
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 конструктивно о 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

Проведение индивидуальной работы 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.

Этапы беседы	Главные задачи этапа	Используемые приемы
Начальный этап	Установление эмоционального контакта с собеседником, взаимодоверия и сопереживающего партнерства	«Сопереживание», «Эмпатийное выслушивание»
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»

Примерная тематика родительских собраний

«Роль семьи в воспитании моральных качеств личности», 7 класс

«Контакты и конфликты», 7 класс

«Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия), 7 класс

«Нравственные ценности семьи», 8 класс

«Мой ребёнок становится трудным», 8 класс

«Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях», 8 класс

«В семье растёт сын» (конференция отцов), 9 класс

«В семье растёт дочь» (дискуссионная площадка для мам), 9 класс

«Дети и родители - профессиональный выбор: «За» и «Против» (совместное детско-родительское собрание), 9 класс

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 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 возраста М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

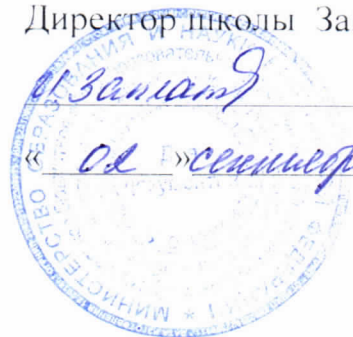
Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе.- М.,2001

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.

«Утверждаю»

Директор школы Заплатникова И.К.



« 04 » сентября 2019 г.

План работы МБОУ «Бурлинская СОШ»
по формированию жизнестойкого поведения обучающихся
на 2019-2020 учебный год

№	Разделы и названия мероприятий	Участники	Ответственные	Сроки проведения
1. Работа с педагогическим коллективом				
1	Выступление на педагогическом совете по теме «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся»	Пед коллектив школы	Психолог – Антонович О.Б.	январь
2	МО классных руководителей «Работа классного руководителя по формированию навыков жизнестойкости обучающихся».	Классные руководители	Зам по ВР – Сапенова Г.С., Психолог – Антонович О.Б.	январь
3	Индивидуальные консультации для учителей округа	Учителя	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
4	Подготовка информационно-методических материалов, буклетов.	Классные руководители	Психолог – Антонович О.Б.	апрель
2. Работа с родителями и лицами их заменяющими				
1	Общешкольные родительские собрание «Профилактика антивиталяного поведения. Жизнестойкость	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	Октябрь-ноябрь

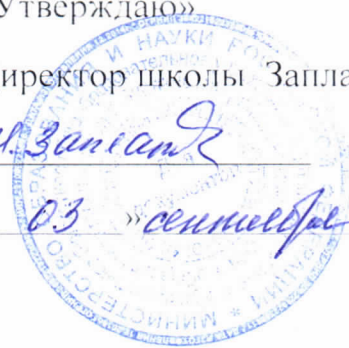
	обучающихся »			
2	Подготовка информационных материалов на сайт школы «Правила общения при конфликте с ребенком», «Памятка по разрешению конфликтов», «Приемы эффективного слушания» и.т.п.	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года
3	Индивидуальные консультации для родителей округа	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года(по запросам)
3. Работа с учащимися				
1.	Беседы со школьниками о жизнестойкости, как о качестве, необходимом для жизненного успеха.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
2.	Психологическая помощь детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года
3.	Проведение классных часов: «Причины агрессии», «Скажи о чем молчишь?», «Личностный рост», «Выход из конфликтных ситуаций », «Завтра будет лучше», «Что делать с депрессией ?»	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Март, апрель
4.	Диагностика учащихся группы риска, находящихся в трудной жизненной ситуации и.т.п.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Апрель

«Утверждаю»

Директор школы Заплатникова И.К.



« 03 » сентября 2018 г.



План работы МБОУ «Бурлинская СОШ»

по формированию жизнестойкого поведения обучающихся

на 2018-2019 учебный год

№	Разделы и названия мероприятий	Участники	Ответственные	Сроки проведения
1. Работа с педагогическим коллективом				
1	Выступление на педагогическом совете по теме «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся»	Пед коллектив школы	Психолог – Антонович О.Б.	январь
2	МО классных руководителей «Работа классного руководителя по формированию навыков жизнестойкости обучающихся».	Классные руководители	Зам по ВР – Сапенова Г.С., Психолог – Антонович О.Б.	январь
3	Индивидуальные консультации для учителей округа	Учителя	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
4	Подготовка информационно-методических материалов, буклетов.	Классные руководители	Психолог – Антонович О.Б.	апрель
2. Работа с родителями и лицами их заменяющими				
1	Общешкольные родительские собрание «Профилактика антивиталяного поведения. Жизнестойкость обучающихся »	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	Октябрь-ноябрь
2	Подготовка	Родители	Психолог –	В течение

	информационных материалов на сайт школы «Правила общения при конфликте с ребенком», «Памятка по разрешению конфликтов», «Приемы эффективного слушания» и.т.п.		Антонович О.Б.	года
3	Индивидуальные консультации для родителей округа	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года(по запросам)
3. Работа с учащимися				
1.	Беседы со школьниками о жизнестойкости, как о качестве, необходимом для жизненного успеха.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
2.	Психологическая помощь детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года
3.	Проведение классных часов: «Причины агрессии», «Скажи о чем молчишь?», «Личностный рост», «Выход из конфликтных ситуаций », «Завтра будет лучше», «Что делать с депрессией ?»	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Март, апрель
4.	Диагностика учащихся группы риска, находящихся в трудной жизненной ситуации и.т.п.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Апрель

«Утверждаю»

Директор школы Заплатникова И.К.



« 01 » сентября 2017 г.

План работы МБОУ «Бурлинская СОШ»

по формированию жизнестойкого поведения обучающихся

на 2017-2018 учебный год

№	Разделы и названия мероприятий	Участники	Ответственные	Сроки проведения
1. Работа с педагогическим коллективом				
1	Выступление на педагогическом совете по теме «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся»	Пед коллектив школы	Психолог – Антонович О.Б.	январь
2	МО классных руководителей «Работа классного руководителя по формированию навыков жизнестойкости обучающихся».	Классные руководители	Зам по ВР – Сапенова Г.С., Психолог – Антонович О.Б.	январь
3	Индивидуальные консультации для учителей округа	Учителя	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
4	Подготовка информационно-методических материалов, буклетов.	Классные руководители	Психолог – Антонович О.Б.	апрель
2. Работа с родителями и лицами их заменяющими				
1	Общешкольные родительские собрание «Профилактика антивиталяного поведения. Жизнестойкость обучающихся »	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	Октябрь-ноябрь
2	Подготовка	Родители	Психолог –	В течение

	информационных материалов на сайт школы «Правила общения при конфликте с ребенком», «Памятка по разрешению конфликтов», «Приемы эффективного слушания» и т.п.		Антонович О.Б.	года
3	Индивидуальные консультации для родителей округа	Родители	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года(по запросам)
3. Работа с учащимися				
1.	Беседы со школьниками о жизнестойкости, как о качестве, необходимом для жизненного успеха.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года (по запросам)
2.	Психологическая помощь детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	В течение года
3.	Проведение классных часов: «Причины агрессии», «Скажи о чем молчишь?», «Личностный рост», «Выход из конфликтных ситуаций », «Завтра будет лучше», «Что делать с депрессией ?»	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Март, апрель
4.	Диагностика учащихся группы риска, находящихся в трудной жизненной ситуации и т.п.	Учащиеся 7 - 9 класса	Психолог – Антонович О.Б.	Апрель