

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«АЛПАТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
ВАСИЛИЯ ТИМОФЕЕВИЧА МАЛИНОВСКОГО»**

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУ
«Алпатовская СОШ
им. В. Т. Малиновского»
З.П. Мамаева
от 30.08.2024 № 394/1



**ПРОГРАММА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа формирования навыков жизнестойкости обучающихся МБОУ «Алпатовская СОШ им. В.Т. Малиновского» на 2024-2028 гг. (далее- Программа)
Основания для разработки Программы	Конституция Российской Федерации; Всеобщая декларация прав человека; Конвенция о правах ребёнка; Декларация ЮНЕСКО «Образование 21 века»; Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Указ Президента РФ от 17 мая 2023 г. № 358 "О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года"
Основные разработчики Программы	Хабибулаева З.Х., заместитель директора по ВР, Тамралиева Х.С., педагог-психолог, Базиева Х.М., социальный педагог.
Цель и задачи Программы	Цели: <ul style="list-style-type: none"> • создание благоприятных условий для повышения жизнестойкости обучающихся • профилактика антижизненного поведения. Задача: <ul style="list-style-type: none"> • создание обогащенной и вариативной образовательной среды, способствующей осмысленной регуляции и развитию соответствующей самооценки.
Планируемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание образовательной среды, способствующей росту успешности каждого ученика, сохранению его физического и психологического здоровья; 2. Совершенствование системы работы по выявлению и поддержке обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; 3. Увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения; 4. Создание методических рекомендаций для учителей, классных руководителей по проблемам формирования навыков жизнестойкости обучающихся; 5. Повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОУ и родителей.
Срок реализации программы	2024-2028 гг.
Исполнители основных мероприятий	Администрация МБОУ «Алпатовская СОШ им. В.Т. Малиновского»; педагог-психолог; социальный педагог; классные руководители
Целевые группы Программы	обучающиеся 5-11 классов; родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся; педагогические работники

Пояснительная записка

Программа формирования жизнестойкости учащихся 5-11 классов МБОУ «Алпатовская СОШ им. В.Т. Малиновского» составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании».

Программа направлена на определение содержания и основных методов формирования жизнестойкости детей и подростков, совершенствование и систематизацию работы школы по профилактической и коррекционной работе по предупреждению девиантного поведения учащихся разных возрастных групп.

Актуальность данной программы определяется растущими потребностями общества в поиске путей создания благоприятных условий для максимального развития личности и эффективности ее жизненного пути. Именно жизнестойкость защищает личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу для внутренней гармонии, полного психического здоровья и высокой работоспособности.

Под дезинтеграцией личности понимается утрата организующей роли высших уровней психики в управлении поведением и деятельностью, распад иерархической структуры жизненных смыслов, ценностей, мотивов и целей. Современная жизнь подвержена политическим, информационным и социально-экономическим угрозам. Эти угрозы часто приводят к возникновению сложных и экстремальных жизненных ситуаций. Одни люди считают такие ситуации стрессовыми, другие демонстрируют устойчивость в таких ситуациях. Устойчивость означает, что люди осознают свой истинный потенциал и принимают свою истинную уязвимость. Устойчивость - это основа для преодоления последствий стресса и катализатор поведения, позволяющий трансформировать негативные впечатления в новые возможности.

В отечественной психологии проблемы трудных и экстремальных жизненных ситуаций изучают многие ученые: Н.В. Тарабалина, М.С. Магомед-Эминов, Н.Н. Пуховский, Ф.Е. Василюк, К. Мусыбаев, В. Лебедев, М.М. Решетников, Т.П. Короленко, Ю.А. Александровский и др.

Из анализа теоретико-методологических основ можно сделать вывод, что жизнестойкость - это фактор, над которым человек имеет контроль, внутренний ресурс, то, что он может изменить или переосмыслить, то, что способствует сохранению физического, психического и социального здоровья, отношение, которое придает ценность и смысл жизни в любой ситуации. Можно сделать вывод, что жизнестойкость - это отношение, которое придает ценность и смысл жизни в любой ситуации.

Таким образом, жизнестойкость - это формирующая и сущностная характеристика, определяемая оптимальной смысловой регуляцией личности, адекватной самооценкой, развитыми волевыми качествами, высокой социальной компетентностью и развитыми коммуникативными навыками, а также личностью, которая противостоит стрессовым ситуациям, сохраняет внутреннее равновесие и не снижает успешность деятельности. Она характеризует степень способности человека к. Все компоненты жизнестойкости могут быть диагностированы и сформированы педагогическими методами и средствами. Педагогическая наука и практика накопили достаточное количество идей, методов и средств для формирования и модификации каждого из названных компонентов жизнестойкости.

Описание программы

Программа формирования жизнестойкости учащихся (далее - программа) направлена на формирование коммуникативных навыков, поведенческой и эмоциональной саморегуляции, личностной самооценки и представляет собой комплекс взаимосвязанных психолого-педагогических мероприятий, реализация которых ограничена определенными временными рамками.

Реализация Программы предполагает взаимодействие с различными участниками образовательного процесса и включает в себя решение следующих задач:

- выявление групп учащихся, находящихся в группе суицидального риска, и организация индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы по повышению уровня их жизнестойкости;
- оказание психолого-педагогической поддержки и помощи учащимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
- формирование навыков конструктивного взаимодействия (оказание социальной поддержки, выражение требований, отказ, реагирование на справедливую и несправедливую критику)
- формирование позитивной самооценки личности ученика;
- оптимизация эмоциональной среды дома и в школе.

Направления деятельности:

1. развивающая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной деятельности).

2. целенаправленное вовлечение учащихся в различные виды деятельности (спорт, труд, игры и т.д.), требующие преодоления препятствий и развития спонтанных качеств;

3. психолого-педагогическая поддержка учащихся в трудных жизненных ситуациях;

4. методическая и образовательная поддержка педагогов и родителей для повышения их компетентности в вопросах жизнестойкости;

5. развивающая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной деятельности). Программа рассчитана на учащихся 10-18 лет (5-11 классы) и рассчитана на пять лет.

Программа состоит из четырех модулей:

1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной деятельности, в урочное время: два классных часа в четверть в каждом классе с 5 по 11 класс. Проведение как минимум одного родительского собрания в год с целью повышения жизнестойкости учащихся. Реализация профилактических программ «Все, что меня касается» и «В ладу с собой»;

2. Трудные жизненные ситуации. Индивидуальный подход к молодым людям: индивидуальные планы работы педагогов, психологов и социальных педагогов;

3. Психолого-педагогическая компетентность педагогов и родителей в формировании жизнестойкости школьников: - методические мастерские, семинары и занятия по выбору оптимальных воспитательных методов и форм с учетом психофизиологических различий, пола, возраста и индивидуальных особенностей ученика;

4. Индивидуальные и групповые консультации с домашними учителями.

Срок реализации программы: 2024-2028 гг.

Показателем эффективности запланированных мероприятий является повышение уровня жизнестойкости подростков через достижение следующих результатов Программы:

- создание образовательной среды, способствующей успешному развитию каждого учащегося и сохранению его физического и психологического здоровья;
- совершенствование системы работы по выявлению и поддержке учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- увеличение количества учащихся (на всех ступенях обучения) с высокими показателями адаптивности, уверенности в себе, развитыми спонтанными качествами, высокой социальной компетентностью и развитыми коммуникативными навыками;
- разработка методических рекомендаций для учителей, классных руководителей и воспитателей;
- совершенствование системы работы по выявлению и сопровождению учащихся, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Исполнителями основных мероприятий Программы являются:

Администрация	<ol style="list-style-type: none">1. Составляет Программу по формированию жизнестойкости обучающихся;2. Осуществляет планирование работы на 2024-2028 годы;3. Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;4. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся;5. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.
Классный руководитель	<ol style="list-style-type: none">1. Определяет направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;2. Организует просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся;3. Проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы;4. Организует включение подростков в ценностно значимую для них деятельность;5. Осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности

Педагог-психолог	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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; 2. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации; 3. Проводит занятия для обучающихся; 4. Проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков, получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы; 5. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей); 6. 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, состоящими на учете в КДН и ЗП, ПДН

Программа реализуется на двух уровнях обучения.

Первый уровень – 5-8 классы. Это уровень самоорганизации: обучающимся предлагается возможность реализовать свои индивидуальные способности в разнообразных видах жизнедеятельности. Они расширяют свои представления о Человеке как субъекте жизни; учатся вести диалог, монолог, дискуссию; учатся анализировать поступки свои и своих товарищей, отвечать за свои поступки, за порученное дело; учатся проживать различные жизненные ситуации, обретая определенные навыки жизнедеятельности.

Второй уровень – 9-11 классы. Это уровень самоутверждения и самоопределения: учащиеся получают представления о разных способах социального устройства человеческой жизни, постигают важность и незыблемость традиций семьи, края, страны; учатся поддерживать добрые отношения в коллективе, сопереживать, сочувствовать, делать добрые дела; ставить перед собой задачи и реализовывать их самостоятельно, происходит формирование жизненной позиции, по утверждению нравственных принципов жизни, утверждается личностное право каждого не только делать свой жизненный выбор, но нести полную ответственность за него, анализировать жизненные явления с позиций совести, долга и отстаивать свое право на них.

Каждая возрастная группа имеет свой уклад жизни, свой микромир класса, отделения, объединенный общими идеями, целями, традициями, которые раскрывают потенциальные возможности личности на уроках, во внеурочной деятельности, в системе дополнительного образования, а также через систему ученического самоуправления.

План мероприятий по формированию жизнестойкости обучающихся

Содержание деятельности	Сроки	Ответственные	Прогнозируемый результат
Разработка школьного плана работы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся	август	Хабибулаева З.Х., зам.дир. по ВР	создание благоприятных условий для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения
Ведение на школьном сайте раздела «Формирование жизнестойкости обучающихся»	В течение года	Закриева Х.М., отв. за школьный сайт	Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей по формированию жизнестойкости школьников
Диагностическая методика «Я концепция» Е. Прис, Д. Харрис (компьютерный вариант)	ноябрь	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Исследование системы самооценок и отношений личности, связанных с ее поведением в различных сферах деятельности и активности, а также с системой ее социальных отношений, создание банка данных для индивидуальной и групповой работы педагога-психолога
Индивидуальная консультация для классных руководителей «Формирование навыков жизнестойкости обучающихся»	По запросу	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости
Составление учебно-тематического плана индивидуальных (групповых) занятий с подростками «группы риска»	сентябрь	Базиева Х.М., социальный педагог	Наличие плана индивидуальных занятий
МО классных руководителей «Определение направления воспитательной работы и планирование классных часов, родительских собраний в классном коллективе с учётом профиля сформированных	Сентябрь	Классные руководители	Планирование воспитательной работы по формированию жизнестойкости

качеств жизнестойкости в классе»			
Диагностика адаптации учащихся 5-х классов	Конец первой четверти	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Своевременное выявление детей «группы риска» с целью коррекции и предупреждения школьной дезадаптации
Изучение психологического климата в детских коллективах	В течение года (по запросу)	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Изучение состояния эмоционально-психологических отношений в детской общности
Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) по вопросам формирования навыков жизнестойкости, в том числе с использованием интернет-ресурсов (распространение буклетов, родительские собрания, интернет-ссылки)	В течение года	Хабибулаева З.Х., зам. дир. по ВР, Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОУ и родителей.
Организация и проведение методических семинаров для педагогов по отработке психолого-педагогических технологий формирования жизнестойкости школьников	В течение года	Хабибулаева З.Х., зам. дир. по ВР, Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по формированию жизнестойкости школьников
Профилактическая работа в классных коллективах (активные формы обучения: деловые, ролевые игры, занятия с элементами тренинга – 8 часов в год)	В течение года	классные руководители	Увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения
Индивидуальная коррекционно-развивающая работа с учащимися, испытывающими трудности в обучении и воспитании (Индивидуальная	по запросу	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Снижение уровня эмоционального напряжения, повышение уверенности в себе, формирование образа «Я», формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативности, познавательных процессов

коррекционно-развивающая программа)			
Коррекционная работа с учащимися с отклоняющимся поведением	по запросу	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Личностное развитие подростков, которое включает понимание себя, своих чувств, мотивов своих поступков; решение проблем в сфере взаимоотношений с окружающими, как в установлении позитивных контактов, так и в избегании конфликтов и развитие навыков общения; формирование самоконтроля
Социальный патронаж обучающихся, находящихся в социально опасном положении, состоящих на учётах	в течение года	Базиева Х.М., соц. педагог	Своевременная поддержка детей, находящихся в социально опасном положении
Организация индивидуального психолого-педагогического сопровождения обучающихся, находящихся в психоэмоциональном напряжении	в течение года	Тамралиева Х.С., педагог-психолог	Снятие психо-эмоционального состояния обучающихся, находящихся в психоэмоциональном напряжении
Проведение общешкольных родительских собраний по формированию навыков жизнестойкости, налаживанию детско-родительских отношений	Ноябрь февраль	Хабибулаева З.Х., зам.дир. по ВР, Тамралиева Х.С., педагог-психолог	формирование и развитие компетенций, необходимых для воспитания детей, гармонизации семейных отношений
Размещение на стендах информации об адресах, контактных телефонах получения психологической, педагогической, медицинской помощи в кризисной стрессовой ситуации	в течение года	Хабибулаева З.Х., зам.дир. по ВР	Своевременное информирование обучающихся о телефонах доверия
Занятия с элементами тренинга «Экзамен без стресса» для учащихся выпускных классов	Март-апрель	Тамралиева Х.С. педагог-психолог	Повышение сопротивляемости стрессу, развитие эмоционально – волевой сферы, развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние резервы, освоение навыков конструктивного взаимодействия