**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МАЛО -ЕЛАНСКАЯ НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА -ДЕТСКИЙ САД»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.Н.Чинченкова

Приказ№\_\_\_\_\_

0т «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022г

Программа по формированию

навыков жизнестойкости обучающихся

«Мы выбираем жизнь»

 1-4 классов

на 2022/2025 гг.

Д. Малая Еланка

2022г

1.Пояснительная записка.

Программа «Формирование жизнестойкости обучающихся 1-4 классов МОУ ИРМО «Мало-Еланская НШДС» разработана в соответствии с Приказом Управления образования администрации Иркутского районного муниципального образования

 Программа определяет содержание, основные пути формирования жизнестойкости детей, направлена на совершенствование и систематизацию работы школы по организации профилактической и коррекционной работы в целях предотвращения суицидальных попыток и профилактики [девиантного поведения](http://pandia.ru/text/category/deviantnoe_povedenie/%22%20%5Co%20%22%D0%94%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5) среди учащихся разных возрастных групп.

   Актуальность данной программы определяется возрастающими потребностями нашего общества в поисках путей создания благоприятных условий для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути. Вопросы жизнестойкости личности имеют огромное практическое значение, поскольку именно она охраняет личность от [дезинтеграции](http://pandia.ru/text/category/dezintegratciya/) и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности.

   Дезинтеграцию личности понимают как потерю организующей роли высшего уровня психики в регуляции поведения и деятельности, распад иерархии жизненных смыслов, ценностей, мотивов, целей. Жизнь современного человека протекает в условиях политических, информационных, социально-экономических угроз. Эти угрозы часто обусловливают трудные и экстремальные жизненные ситуации. Некоторые люди эти ситуации переживают как стрессовые, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

Жизнестойкость предполагает формирование человеком своих реальных возможностей, эффективный способ взаимодействия с социумом, преодоление трудных и экстремальных жизненных ситуаций.

Анализ теоретических и методологических основ позволяет сделать вывод о том, что жизнестойкость, тот фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, это то, что он может изменить и переосмыслить, то, что способствует поддержанию физического, психического и социального здоровья, установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах. Формирование жизнестойкости педагогическими средствами может снизить степень суицидального риска

  Таким образом, жизнестойкость является формируемой интегральной характеристикой, которая определяется оптимальной смысловой регуляцией личности, ее адекватной самооценкой, развитыми волевыми качествами, высоким уровнем социальной компетентности, развитыми коммуникативными умениями и характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности.

   Все компоненты жизнестойкости вполне поддаются диагностике, формированию педагогическими методами и средствами. Педагогической наукой и практикой накоплено достаточное количество идей, способов и средств формирования и коррекции каждого из вышеперечисленных компонентов жизнестойкости.

Содержательное описание программы

Программа школы по формированию жизнестойкости обучающихся направлена на формирование навыков коммуникации, саморегуляции поведения и эмоций, самооценки личности с учетом психофизиологических особенностей, и представляет комплекс взаимосвязанных психолого-педагогических мероприятий, реализация которых ограничена конкретными временными рамками.

Реализация Программы требует согласованной работы с разными участниками образовательного процесса и включает следующие виды работ:

- выявление обучающихся группы суицидального риска и организация с ними индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы по повышению уровня жизнестойкости;

- проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоциональное воображение обучающихся, отработка различных стратегий саморегуляции (поведенческих, эмоциональных, интеллектуальных)

- консультирование педагогов по вопросам выбора оптимальных методов и форм воспитательной работы с учетом психофизиологических различий обучающихся, и индивидуальных особенностей;

- просвещение и консультирование родителей по коррекции [деструктивных](http://pandia.ru/text/category/destruktciya/) методов воспитания и оптимизации детско-родительских отношений.

Психолого-педагогические мероприятия по формированию жизнестойкости школьников ориентированы на достижение следующих целей и задач:

1.Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи обучающимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;

2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (оказание социальной поддержки, выражение просьбы, отказа, реагирования на справедливую и несправедливую критику);

3. Формирование у обучающихся позитивной самооценки собственной личности;

4. Оптимизация эмоционального климата в семье и школе.

Направления работы:

1. Развивающая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной занятости). Целенаправленное включение учащихся в различные виды деятельности, требующие преодоления препятствий (спортивная, трудовая, игровая и др.) и развивающие волевые качества.
2. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
3. Снижение конфликтности посредством проигрывания конфликтных ситуаций с последующим конструктивным решением.
4. Формирование адекватной [оценочной деятельности](http://pandia.ru/text/category/otcenochnaya_deyatelmznostmz/), направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих
5. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Программа рассчитана на работу с учащимися 7-11 лет (1-4 классы) Срок реализации – 3 года, в ходе которого ежегодно последовательно осуществляются три этапа:

1 этап: Подготовительный (сентябрь - декабрь).

Администрация

1.Издает локальные [нормативные акты](http://pandia.ru/text/category/akt_normativnij/), регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся.

2.Организует проведение заседаний методического объединения классных руководителей по организационно-содержательным вопросам формирования жизнестойкости обучающихся педагогическими работниками .

Классные руководители.

1.Проводят стартовую анкету (опрос, наблюдение).

2.Определяют направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе.

3. Планируют содержание [классных часов](http://pandia.ru/text/category/klassnij_chas/), родительских собраний.

Этап подготовительно-диагностический, направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости учащихся. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики дивеантного поведения на основе формирования жизнестойкости. Диагностический этап завершается анализом результатов измерения жизнестойкости, составлением индивидуальных планов работы с выявленными детьми и подростками суицидального риска.

2 этап – Основной (январь - апрель)

Администрация

1.Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности родителей и педагогов.

2. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся.

Классные руководители.

1.Организуют просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся.

2. Проводят классные часы, беседы, тренинги, ролевые игры, дискуссии и.т.д по формированию жизнестойкости в соответствии с планом воспитательной работы класса.

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

3 этап – Мониторинг (май)

Администрация .

1.Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы  формирования жизнестойкости обучающихся в текущем учебном году в соответствии с показателями эффективности.

2.Организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом.

3. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители.

1.Проводят повторную анкету в классных коллективах.

2.Составляют профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе по итогам работы;

3.Планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированное  качество жизнестойкости в классном коллективе)

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

Методы и формы работы, применяемые в программе:

* индивидуальная работа;
* работа в мини-группах;
* ролевые игры;
* групповая дискуссия;
* практические упражнения;
* презентации;
* решения проблемных ситуаций.
* мозговой штурм;

  Выбранные методы соответствуют критериям надежности и [валидности](http://pandia.ru/text/category/validnostmz/%22%20%5Co%20%22%D0%92%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C), а также целям, содержанию программы и возрастным психологическим характеристикам разновозрастных категорий.

 Показателем эффективности работы выступает повышение уровня жизнестойкости обучающихся, что проявляется в сформированности компонентов личностной компетентности:

* адекватная самооценка; осознание самих себя, своих личностных качеств, созданию позитивной коммуникации
* навыки межличностного взаимодействия; формирование умения дружить и строить доверительные отношения с другими людьми,  освоение навыков работы в коллективе
* ценностно-смысловые установки, направленные на реализацию волевых действий (мотивация, мысленная постановка цели, сосредоточение на ее исполнении, осмысливание и самоконтроль);
* саморегуляция поведения и эмоций. развитие умения справляться с напряжением и негативными эмоциями,  через творческое самовыражение
* формирование внутренней мотивации деятельности;

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 учителя к реализации требований программы.

3. Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля [взаимоотношений](http://www.pandia.ru/text/category/vzaimootnoshenie/), образа жизни (при наличии семейного неблагополучия).

Модули программы.

Программа состоит из 3 модулей:

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

2. Индивидуальная работа с учащимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей через семинары, тренинги, консультации, собрания.

4.Приоритетное направление работы по формированию навыков жизнестойкости «Психолого-педагогические технологии повышения компетентности родителей обучающихся по формированию жизнестойкости».

   При организации просветительской работы с родителями (законными представителями) школьников ставятся следующие задачи:

- согласование ценностных основ воспитания, то есть определение того, какие приоритетные ценности хотят привить ребенку взрослые;

- согласование проблемных и ресурсных областей в развитии детей, то есть определение того, какие проявления считать проблемными и к каким следует стремиться, «прорисовывание» желаемого образа ребенка;

- согласование поведенческих воздействий в отношении детей, то есть определение зон ответственности родителей и педагогов, выяснение, кому и как воздействовать на ребенка дома или в школе, чтобы добиться желаемых перемен.

Методы взаимодействия с родителями:

* Информационные методы, информационные тексты, устные информационные сообщения, информационные лекции.
* Проблемные методы: проблемные лекции, «круглые столы», детско-родительские мероприятия, тренинги.

В работе используются материалы программы «Школы ответственного родительства», книга О.В. Хухлаевой «Школьная психологическая служба. Работа с родителями», а также в Сборнике методических разработок пилотных школ по формированию жизнестойкости обучающихся, размещенном на сайте.

План

работы по формированию жизнестойкости учащихся

2022/2023 уч. год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Ответственный | Отметка о выполнении |
| Постоянно | Выявление несовершеннолетних и их семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации | Классные руководителиЗам.по УВР |  |
| Ежегодно сентябрь | Составление базы данных по социально неблагополучным детям и подросткам. | Классные руководителиЗам.по УВР |  |
| В течениегода | Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с детьми социального риска | Совет профилактики |  |
| Каникулярное время | Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей | Зам. директора по УВР классные руководители |  |
| Ежегодно,согласно планам | Включать в ежегодные планы учебно-воспитательной работы ОУ проведение психологических классных часов с учетом возрастных особенностей детей, согласно следующим тематикам: - в поисках хорошего настроения; - профилактика курения; - как научиться жить без драки; - учимся снимать усталость; - толерантность; - как преодолевать тревогу; - способы разрешения конфликтных ситуаций с родителями; - стресс в жизни человека. Способыборьбы со стрессом; - грани моего "Я"; - я + он + они = мы; - способы саморегуляции эмоционального состояния "Как сказать Нет!";  | Классные руководители |  |
| Ежегодно,согласно планам | Включать в ежегодные планы учебно-воспитательной работы ОУ проведение правовых классных часов с учетом возрастных особенностей детей,согласно следующим тематикам: - что ты должен знать об УК РФ; - знаешь ли ты свои права и обязанности  | Зам. директора по ВР, классные руководители |  |
| Постоянно | Охват асоциальных детей кружковой работой, занятиями в спортивных секциях, общественно-полезной нагрузкой. | Зам. директора по ВР, классные руководители. |  |

План

мероприятий по формированию навыков жизнестойкости обучающихся

в 2023/2024 учебном году

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятие | Сроки реализации | Ответственные | Ожидаемый результат | Отметка о выполнении |
|   Этап 1: Подготовительный |  |  |  |  |  |
| 1 | Участие в семинарах, вебинарах для школ Иркутского района консультирование у курирующих специалистов | В течение года | Администрация школы | Повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросу формирования жизнестойкости учащихся |  |
| 2 | Разработка Программы по формированию навыков жизнестойкости обучающихся  |  | Администрация школы | Приказ об утверждении программы |  |
| 3 | Планерное совещание для кл. руководителей 1-4 классов по организационносодержательным вопросам. |  | Администрация школы | . |  |
| 4 | Корректировка планов воспитательной работы классов по данному направлению |  | Классные руководители | Справка о проверке планов ВР |  |
| 5 | Проведение стартовой анкеты с целью выявления детей с проблемами жизнестойкости |  | Классные руководители | справка |  |
| Этап 2: Основной |  |  |  |  |  |
| 1 | Организация и проведение индивидуальных встреч для педагогов по внедрению психолого-педагогических технологий формирования навыков жизнестойкости обучающихся | март | администрация  | План встреч |  |
| 2 | Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся, в том числе с использованием интернет-ресурсов | 1 раз в четверть | Администрация школы, классные руководители. | Родительские собрания,информационные материалы для родителей на стенде, сайте школы |  |
| 3 | Организация и проведение тематических родительских собраний  | В течение года | Администрация школы,классные руководители | Протоколы собраний |  |
| 4 | Организация психологических занятий в период адаптации первого, класса, а также в классах, где появился новый ученик. | В течение года | Кл.руководитель | Отчет о проведении занятий |  |
| 5 | Организация и проведение профилактических занятий в классных коллективах (классных часов, тренингов, практикумов) по формированию навыков жизнестойкости обучающихся  | 2 раза в четверть | Классные руководители | Отчет классных руководителей |  |
|  | Этап 3. Мониторинг |  |  |  |  |
| 1 | Проведение повторной диагностики | апрель | Классные руководители, | Протоколы диагностики |  |
| 2 | Подведение итогов работы в классных коллективах |  | Классные руководители, | Отчет о проделанной работе |  |
| 3 | Организация и проведение анализа и оценки результатов программы образовательной организации по формированию навыков жизнестойкости обучающихся в 2023/2024 учебном году в соответствии с показателями эффективности |  | Администрация школы, | Аналитический отчет |  |

План работы

по формированию жизнестойкости обучающихся

 на 2024- 2025 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | участники | Ответственный | Отметка о выполнении |
| Работа с учащимися |  |  |  |  |
| Сентябрь | Занесение в дневник учащихся полезных адресов и телефонов, единого детского телефона доверия |  | Клруководители |  |
| В течение года по запросу кл.рук. | Проведение диагностики уровня тревожности и наблюдения суицидального поведения. |  | Кл.руководители |  |
| ЯнварьФевральМарт | Проведение углубленного обследования по выявлению и изучению индивидуально-психологических особенностей, проблем социального характера, приведших к трудностям в адаптации к школе. | 1, классы и вновь поступившие |  кл.руководители. |  |
| Октябрь | Классный час «Зависит ли будущее от меня? Мои жизненные планы» |  | Кл.руководители |  |
| Декабрь | Классный час «Как справиться с трудной ситуацией?» | 1-4 кл | Кл. рук., |  |
| Декабрь | Проведение диагностики уровня адаптации к школьному обучению. | 1 | Кл. рук., |  |
| Январь | Проведение уроковДелу – время, потехе – час.* Человек в мире [информационных технологий](http://pandia.ru/text/category/informatcionnie_tehnologii/).
* Культура толерантности.
 |  | Зам.директора по УВРКлассные руковдители |  |
| Февраль | Классный час «Я в ситуации выбора» (формирование навыков жизнестойкости)«Мои друзья и я.» «Умею ли я дружить?» |  | Кл. руководители |  |
| В течение года | Кл. час «Психология конфликта: ссоры и примирение» | 1-4 | Кл. руководители |  |
| В течение года по запросу кл. рук. | Групповые занятия с элементами тренинга:* «Школьный конфликт: как из него выйти?»
* «В нашем классе новенький»
* «Умей сказать: нет»
* «Если ты попал в трудную жизненную ситуацию»
* «Жестокое обращение – это значит…»
 | 1-4 | Зам. директора по УВР |  |
| Еженедельно в течение года | Заседание социально-педагогической диспетчерской службы. (индивидуальные консультации для учащихся, родителей, учителей) | 1-4 | Зам. директора поУВР  |  |
| В течение месяца после прибытия | Диагностика адаптированности вновь поступивших учащихся. | 1-4 | кл. руководители |  |
| В течение месяца после прибытия | Рейды по квартирам вновь прибывших учащихся с целью выявления семей, находящихся в социально опасном положении | 1-4 | Зам. директора по ВР, кл. руководители |  |
| В течение года | Обновление информации на стенде «Твоя жизнь – твой выбор» |  | Зам. директора по ВР |  |
| В течение года | Организация досуга учащихся, проведение мероприятий для учащихся и их родителей творческого и спортивного направлений | 1-4 | Зам.директора по ВР, кл.руководители |  |
| В течение года | Организация занятости учащихся в объединениях доп. образования | 1-4 | Зам.директора по ВР, кл.руководители |  |
| Работа с родителями |  |  |  |  |
| Еженед. | Школьная социально-педагогическая диспетчерская служба | 1-4 кл | Зам. директора по ВР |  |
| В течение года | Проведение психологической диагностики детско – родительских отношений | Дети ВШУ, СОП, ОДН | Психолог |  |
| В течение года | Углубленное изучение психологических особенностей детей с ОВЗ, детей - инвалидов | обучающиеся прошедшие ПМК | Учитель-логопед |  |
| В течение учебного года | Выступление на родительских собраниях:- «Нормативно-правовые документы об ответственности родителей за содержание, воспитание, обучение детей»- «Возрастные особенности в поведенческих нарушениях»- «Заповеди разумного воспитания»- Информирование родителей о результатах проведённой диагностики в классе (результаты выдаются в письменной форме, лично в руки законного представителя). | По запросуПо запросуПо запросу | Зам. директора по ВР |  |
| Работа с педагогическим коллективом |  |  |  |  |
| Сентябрь | Ознакомление вновь назначенных классных руководителей, молодых педагогов с механизмом обмена информацией по фактам суицидального поведения уч-ся |  | Зам. директора по ВР |  |
| Сентябрь | Ознакомление учителей с методами выявления жестокого обращения с ребенком в семье. |  | Зам. директора по ВР |  |
| Ноябрь | Профилактика профессионального выгорания. (семинар в рамках МО кл.рук. ) |  | Зам.директора по ВР, Руководитель МО |  |
| Январь | Совещание для кл. руководителей «Адаптация учащихся» | 1 кл | зам. директора |  |
| Март | Рассмотрение вопроса по формированию навыков жизнестойкости в рамках педагогического совета по теме «Классный руководитель – ключевая фигура воспитательного процесса.» (воспитательная система в классе, взаимодействие с родительской общественностью) |  | Зам.директора по ВР |  |
| В течение года | Посещение уроков, классных часов с целью изучения морально-психологического климата на уроке | 1-4 | Зам.директора по ВР. |  |